

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อรวบรวมวิธีการปรุงอาหารของท้องถิ่นภาคใต้ ที่นิยมรับประทานเฉพาะถิ่น ซึ่งยังเป็นที่นิยม หรือเก็บสะสมอย่าง หรือสูญหาย และจัดทำสำรับอาหารท้องถิ่นภาคใต้ให้เป็นสำรับอาหารมาตรฐาน สำหรับการศึกษาค้นคว้าต่อไป นอกจากนี้ยังศึกษาวัฒนธรรมเกี่ยวกับอาหารแต่ละชนิดของภาคใต้ ว่ามีนิยมรับประทานในเทศบาล หรือถูกกล่าวดีบ้าง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านอาหาร มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ที่มีภูมิลำเนาใน 14 จังหวัดภาคใต้ และรู้วิธีการปรุงอาหารท้องถิ่นภาคใต้เป็นอย่างดี

2. กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ สุ่มตัวอย่างการสัมภาษณ์เจาะจง จากผู้เชี่ยวชาญในด้านอาหาร และอาศัยอยู่ใน 14 จังหวัดภาคใต้ จำนวน 597 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสัมภาษณ์ปลายเปิดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้ถูกสัมภาษณ์ ประวัติความเป็นมาของอาหาร วิธีการปรุง เครื่องปรุง สภาพเปลี่ยนแปลง/เหมือนเดิม รสชาติอาหาร ประเภท โอกาส และวิธีการบริโภคอาหาร

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยมอบหมายให้ผู้ช่วยนักวิจัยซึ่งเป็นนักศึกษาวิชาเอก คหกรรมศาสตร์ ระดับปริญญาตรี ของวิทยาลัยครุสังขลา ที่ศึกษาในปีการศึกษา 2528 - 2534 เป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยได้ชี้แจงให้ผู้ช่วยนักวิจัยเข้าใจ วิธีการใช้แบบสัมภาษณ์และเทคนิคการสัมภาษณ์เป็นอย่างดี ก่อนปฏิบัติการจริง และมอบหมายให้ไปเก็บข้อมูลตามภูมิลำเนาของนักศึกษา ซึ่งกระจายอยู่ใน 14 จังหวัดภาคใต้

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

5.1 การทำสำรับอาหารมาตรฐาน ด้วยวิธีการดังนี้

5.1.1 ตรวจสอบข้อมูลทั้งหมด คัดเลือกรายชื่ออาหารที่เป็นของท้องถิ่นเฉพาะภาคใต้

5.1.2 ศึกษาเครื่องปูรุ วิธีการปูรุ และดำเนินการปูรุตามวิธีการที่ผู้เชี่ยวชาญได้ให้ไว้

5.1.3 ซึ่ง เปรียบเทียบรสชาติ กับข้อมูลที่ได้มาจากการสัมภาษณ์

5.1.4 ปรับวิธีปูรุ ให้ได้สำรับมาตรฐาน โดยชั่ง ตวง วัด ตามระบบมาตรฐาน

5.1.5 ทดลองทำข้าว เพื่อหาความเที่ยงตรงของสำรับอาหาร

5.2 การวิเคราะห์อาหารท้องถิ่นภาคใต้ จำแนกตามสภาพความนิยม ที่ยังเป็นที่นิยมเกือบจะสูญหาย หรือสูญหาย และวัฒนธรรมเกี่ยวกับอาหาร ในด้านเวลา เทคกาล และถูกกาลที่นิยมรับประทาน โดยใช้วิธีอย่าง

สรุปผลการวิจัย

อาหารท้องถิ่นภาคใต้ จำนวน 423 ชนิด ที่สอบถามจากผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารของภาคใต้ และจัดทำเป็นสำรับมาตรฐาน ส่วนใหญ่เป็นอาหารคาว คิดเป็นร้อยละ 55.79 รองลงมา คือ อาหารหวาน และอาหารว่าง คิดเป็นร้อยละ 35.22 และ 8.98 ตามลำดับ แต่ละประเภทสรุปได้ดังนี้

1. อาหารคาว จำแนกเป็น 4 ประเภท คือ ประเภทต้มหรือแกง ประเภทผัด (คั่ว), ยำ, พล่า ประเภทเครื่องเคียง และ ประเภทเครื่องจิ้ม พบว่าอาหารคาวส่วนใหญ่เป็นประเภทต้มหรือแกง คิดเป็นร้อยละ 41.03 รองลงมาเป็นประเภทผัด (คั่ว), ยำ, พล่า คิดเป็นร้อยละ 26.64 ประเภทเครื่องจิ้ม คิดเป็นร้อยละ 18.18 และ น้อยที่สุดเป็นประเภทเครื่องเคียง คิดเป็นร้อยละ 14.38 อาหารคาว ประเภทต้มหรือแกง จำแนกเป็นประเภทย่อย 2 ประเภท รายละเอียดของอาหารแต่ละประเภท มี ดังนี้ คือ ประเภทแกงเผ็ด, คั่วเผ็ด ฯลฯ คิดเป็นร้อยละ 26.64 ในประเภทนี้ จำแนกออกได้อีก 4 ชนิด คือ แกง แกงคั่ว แกงส้ม และ คั่วเผ็ด, ผัดเผ็ด พบว่าส่วนใหญ่เป็นจำพวกแกง ซึ่งรวมแกงต่าง ๆ (แกงที่จัดเข้าชนิดอื่นไม่ได้ เช่น แกงพุงปลา จำพวกแกงที่ใส่กะทิ ฯลฯ) ยังพบอีกว่าส่วนใหญ่นิยมรับประทาน จำพวกแกงเผ็ดที่ใส่กะทิ สำหรับประเภทแกงจืด, ต้มต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 13.95 ในประเภทแกงจืด, ต้มต่าง ๆ จำแนกออกได้อีก 3 ชนิด คือ ต้มส้ม, ต้มต่าง ๆ ที่ไม่ใส่กะทิ ต้มใส่กะทิ และแกงเลียง พบว่าส่วนใหญ่เป็นจำพวกต้มส้ม, ต้มที่ไม่ใส่กะทิ สำหรับอาหารคาวประเภทผัด (คั่ว), ยำ, พล่า จำแนกเป็น

ประเภทย่อย 3 ประเภท มีรายละเอียดังนี้ คือ ประเภทผัด (คั่ว) ประเภทยำ และประเภทพล่า พบว่า ส่วนใหญ่เป็นประเภทยำ รองลงมาเป็นประเภทผัด แต่ไม่พบอาหารความท้องถิ่นภาคใต้ประเภทพล่า เลย อาหารความ世俗化เครื่องจิ้ม จำแนกเป็นประเภทย่อย 4 ประเภท มีรายละเอียดังนี้คือ ประเภท น้ำซุป ประเภทน้ำพริก ประเภทเคย์ และประเภทหลุน พบว่าส่วนใหญ่เป็นประเภทน้ำซุป รองลงมา เป็นประเภทน้ำพริก และ ประเภทเครื่องจิ้มที่พบน้อยที่สุดคือ ประเภทหลุน อาหารความ世俗化เครื่อง เดียง จำแนกเป็นประเภทย่อย 4 ประเภท มีรายละเอียดังนี้ คือ ประเภทย่าง, ปิ้ง ประเภททอด ประเภท อีน ๆ และประเภทนึ่ง พบว่าส่วนใหญ่เป็นประเภทย่าง, ปิ้ง รองลงมาเป็นประเภททอด

2. อาหารหวานท้องถิ่นภาคใต้ จำแนกเป็น 8 ประเภท คือ ประเภทต้ม ประเภทนึ่ง ประเภทอบ ประเภทกรุน ประเภทลวก ประเภทเชื่อม ประเภทปิ้ง ประเภททอด และประเภทเบ็ดเตล็ด พบว่าอาหารหวานส่วนใหญ่เป็นประเภทนึ่ง คิดเป็นร้อยละ 25.50 รองลงมาเป็นประเภททอด คิดเป็น ร้อยละ 24.15 ประเภทเบ็ดเตล็ด คิดเป็นร้อยละ 20.13 และน้อยที่สุดเป็นประเภทอบ กับ ประเภท ลวก คิดเป็นร้อยละ 0.67 แต่ไม่พบอาหารหวานท้องถิ่นภาคใต้ประเภทloy ก้าว และประเภทเชื่อม

3. อาหารว่างท้องถิ่นภาคใต้ พบว่ามีจำนวนน้อย จึงไม่ได้จำแนกประเภทย่อย

อาหารห้องถิ่นภาคใต้ เมื่อจำแนกตามสภาพความนิยม พบว่าส่วนใหญ่เป็นอาหารที่เกื้อบะ สูญหาย คิดเป็นร้อยละ 47.51 รองลงมาคืออาหารที่ยังเป็นที่นิยม และอาหารสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 47.04 และ 5.43 ตามลำดับ ส่วนรายละเอียดของอาหารแต่ละประเภท มีดังนี้ (ดูตารางที่ 7 ประกอบ)

1. อาหารความส่วนใหญ่เป็นอาหารซึ่งยังเป็นที่นิยม คิดเป็นร้อยละ 54.14 รองลงมา เป็นอาหารที่เกื้อบะสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 43.99 และอาหารสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 1.69 ตาม ลำดับ

2. อาหารหวาน ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่เกื้อบะสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 53.69 รองลงมา เป็นอาหารซึ่งยังเป็นที่นิยม และสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 34.89 และ 11.40 ตามลำดับ

3. อาหารว่าง ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ยังเป็นที่นิยม คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาเป็น อาหารเกื้อบะสูญหาย และอาหารสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 44.73 และ 5.26 ตามลำดับ

อาหารห้องถิ่นภาคใต้ เมื่อจำแนกตามเวลาที่รับประทาน พบว่าส่วนใหญ่เป็นอาหารที่นิยม รับประทานทั้ง 3 เวลา คิดเป็นร้อยละ 44.21 รองลงมาคือรับประทาน 2 เวลา และรับประทานเวลา เดียว คิดเป็นร้อยละ 37.57 และ 17.94 ตามลำดับ ส่วนรายละเอียดของอาหารแต่ละประเภท มีดังนี้

1. อาหารคาว ส่วนใหญ่นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 97.29 เวลาที่นิยมรับประทานรองลงมา คือ เวลากลางวัน คิดเป็นร้อยละ 87.13 และรับประทานเวลาเช้า คิดเป็นร้อยละ 69.37 นอกจากนี้ยังพบว่าอาหารคาวส่วนใหญ่นิยมรับประทาน ทั้ง 3 เวลา คิดเป็นร้อยละ 68.64 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารที่นิยมรับประทานในเวลาเย็น พบร่วมกันที่นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 68.64 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารที่นิยมรับประทานในเวลาเย็น พบร่วมกันที่นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 68.64 และอาหารเกี๊ยะจะสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 52.02 และ 43.56 ตามลำดับ

2. อาหารหวาน ส่วนใหญ่นิยมรับประทานเวลากลางวัน คิดเป็นร้อยละ 95.28 รองลงมา นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 32.00 และรับประทานเวลาเช้า คิดเป็นร้อยละ 28.85 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารที่รับประทานเวลากลางวัน พบร่วมกันที่นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 50.99 และ 32.87 ตามลำดับ

3. อาหารว่าง ส่วนใหญ่นิยมรับประทานเวลากลางวัน คิดเป็นร้อยละ 99.98 เวลาที่นิยมรับประทานรองลงมา คือ เวลาเช้า คิดเป็นร้อยละ 7.89 และรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 2.63 เมื่อพิจารณาอาหารว่าง ที่นิยมรับประทานเวลากลางวัน พบร่วมกันที่นิยมรับประทานเวลาเย็น คิดเป็นร้อยละ 49.97 และ 44.71 ตามลำดับ

อาหารท้องถิ่นภาคใต้ เมื่อจำแนกตามเทศกาล 7 เทศกาล คือ เทศกาลเข้าพรรษา เทศกาลอອกพรรษา เทศกาลทอดกฐิน เทศกาลสงกรานต์ เทศกาลไหว้พระจันทร์ เทศกาลหารีรายอ และ เทศกาลวันสารท พบร่วมกันที่นิยมรับประทานในเทศกาลวันสารท คิดเป็นร้อยละ 10.07 รองลงมา นิยมรับประทานในเทศกาลหารีรายอ และเทศกาลทอดกฐิน คิดเป็นร้อยละ 4.02 ส่วนรายละเอียดอาหารแต่ละประเภท มีดังนี้

1. อาหารคาว ส่วนใหญ่นิยมรับประทานในเทศกาลทอดกฐิน คิดเป็นร้อยละ 1.26 รองลงมา นิยมรับประทานในเทศกาลอອกพรรษา คิดเป็นร้อยละ 0.42 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารที่นิยมรับประทานในเทศกาลทอดกฐิน พบร่วมกันที่นิยมรับประทานในเทศกาลทอดกฐิน และ ในเทศกาลออกราช คิดเป็นร้อยละ 0.84 ส่วนอาหารที่นิยมรับประทานในเทศกาลทอดกฐิน และ ในเทศกาลออกราช ที่เกือบจะสูญหาย คิดเป็นร้อยละ 0.42

2. อาหารหวาน ส่วนใหญ่นิยมรับประทานในเทศกาลวันสารท คิดเป็นร้อยละ 10.07 รองลงมา นิยมรับประทานในเทศกาลหารีรายอ คิดเป็นร้อยละ 4.02 นอกจากนี้ยังพบว่า อาหารที่รับประทานในเทศกาลวันสารท และในเทศกาลหารีรายอ ที่นิยมรับประทาน คิดเป็นร้อยละ 49.97 และ 44.71 ตามลำดับ

3. อาหารว่าง ไม่พบว่าอาหารชนิดใด นิยมรับประทานในเทศกาลเป็นกรณีเฉพาะ

อาหารท้องถิ่นภาคใต้ เมื่อจำแนกตามถูกุกกาลที่นิยมรับประทาน พบร่วงส่วนใหญ่นิยมรับประทานตลอดทั้งปี คิดเป็นร้อยละ 66.19 รองลงมาคือรับประทานในถูกุฟัน และถูกุร้อน คิดเป็นร้อยละ 23.40 และ 10.87 ตามลำดับ ส่วนรายละเอียดอาหารแต่ละประเภท มีดังนี้

1. อาหารคาว ส่วนใหญ่รับประทานตลอดทั้งปี คิดเป็นร้อยละ 63.50 รองลงมาคือ ถั่วฟัน คิดเป็นร้อยละ 25.92 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารซึ่งรับประทานตลอดทั้งปี พบร่วมกันใหญ่ยังเป็นอาหารที่นิยม และอาหารเกือบจะสม恒อย่าง คิดเป็นร้อยละ 35.86 และ 26.35 ตามลำดับ

2. อาหารหวาน ส่วนใหญ่ในยุคนี้รับประทานตลอดทั้งปี คิดเป็นร้อยละ 69.11 ถูกหันนิยมรับประทานรองลงมา คือถั่วฝัน คิดเป็นร้อยละ 22.14 เมื่อพิจารณาเฉพาะอาหารซึ่งรับประทานตลอดทั้งปี พบร่วมส่วนใหญ่เป็นอาหารเกือบจะสูญหาย และอาหารซึ่งยังเป็นที่นิยม คิดเป็นร้อยละ 39.59 และ 20.13 ตามลำดับ

3. อาหารว่าง ส่วนใหญ่尼ยมรับประทานตลอดทั้งปี คิดเป็นร้อยละ 73.67 ถูกที่นิยมรับประทานรองลงมา คือ ถั่วผัก คิดเป็นร้อยละ 15.79 เมื่อพิจารณาอาหารว่าง ที่นิยมรับประทานตลอดทั้งปี พบว่าส่วนใหญ่เป็นอาหารซึ่งยังเป็นที่นิยม และอาหารเกื้อบำบัดสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 39.47 และ 28.94 ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

อาหารคาวท้องถิ่นภาคใต้ สามารถจำแนกเป็นประเภทได้สอดคล้องกับหลักการจำแนกกันข้าวไทยของภาคกลาง (คณะกรรมการสมโภชกรุงรัตนโกสินทร์ 200 ปี. 2525 : 43) แสดงว่าอาหารคาวที่เป็นอาหารหลักของอาหารท้องถิ่นภาคใต้ เมื่อจำแนกประเภทย่อยของอาหารคาว 4 ประเภท พบว่า ส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภทต้มหรือแกง ซึ่งสอดคล้องกับการบริโภคของคนไทยทั่วไป และนิยมรับประทานอาหารลัดประเภทแกงเผ็ด คั่วเผ็ด ฯลฯ เพราะอาหารลัดทำให้รับประทานข้าวได้มาก แต่รับประทานกับข้าวน้อยเป็นการประหยัดเครื่องรุกริจของครอบครัว และยังพบว่าอาหารประเภทแกงจะนิยมรับประทานแกงเผ็ดที่ใส่กะทิ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากกะทิทำให้ร่างกายเกิดความอบอุ่นสร้างพลังงาน เกลาทำงานหนักตลอดวัน สำหรับประเภทแกงจืด ต้มต่าง ๆ ส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ไม่ใส่กะทิ แต่อาหารประเภทแกงจืดที่ใส่กะทิ พบในจำนวนที่ไม่แตกต่างกันนัก และงว่าอาหารประเภทนี้นิยมปรุงแบบใส่กะทิ ก็ไม่ใส่กะทิไม่แตกต่างกัน จึงไม่สามารถสรุปได้ว่าด้วยเหตุผลใด ประเภทแกงจืด ต้มต่าง ๆ ของอาหารท้องถิ่นภาคใต้ในชนบท นิยมบริโภคอาหารที่ใส่กะทิในระดับใด เพราะไม่ได้มุ่งศึกษาโดยตรงในประเด็นนี้ จึงไม่มีข้อมูลจำนวนมากพอจะสรุปได้ อาหารคาวที่นิยมรับประทานอันดับรองลงมา คือ ประเภทผัด (คั่ว) ยำ พล่า ทั้งนี้อาจมีสาเหตุเนื่องมาจากพืชผักตามฤดูกาลในชนบทหาได้สะดวก และพบอาหาร

ประเภทชำนาญค่อนข้างมาก แสดงว่าคนชนบทในภาคใต้มีความสามารถทางด้านการตัดแปลงวิธีปรุงอาหารเพื่อรับประทาน แต่ไม่พบชื่ออาหารประเภทพล่า เมื่อชื่ออาหารของภาคกลาง อาจมีสาเหตุมาจากการเป็นการเรียกชื่ออาหารท้องถิ่นชนบทภาคใต้ แตกต่างกับชื่ออาหารของภาคกลางเป็นสำคัญ กล่าวคืออาหารประเภทชำนาญห้องถิ่นชนบทภาคใต้บางอย่าง มีวิธีปรุงคล้ายกับกรรมวิธีปรุงอาหารที่ภาคกลาง เรียกว่า "พลา" ตัวอย่างเช่น ยำกุ้งนา ยำกุ้งนายอดย่าง (ฉบับ โลวัจฉะพันธุ์ 2528 : 195-196) ยำไช่景德 ยำปลาหลังเขียว และยำหอยโ凿ง เป็นต้น (ดูภาคผนวก ก. ประกอบ) ในการปรุงอาหารที่กล่าวถึงเหล่านี้ วัสดุของเครื่องปรุงประเภทเนื้อสัตว์มีการเตรียมเช่นเดียว กับการปรุงพล่าของภาคกลาง คือ นำวัสดุของเครื่องปรุงประเภทเนื้อสัตว์มาลวกเพียงเล็กน้อยเพียงเพื่อตักกลิ้นเท่านั้น วิธีปรุงรถไห่มรสเปรี้ยวนำ รสเค็ม รสหวาน ตาม เช่นเดียวกับกรรมวิธีปรุง "พลา" ของอาหารภาคกลาง แสดงว่าอาหารประเภทพล่าของภาคกลาง ในทำรับอาหารห้องถิ่นชนบทภาคใต้ เรียกชื่อว่า "ยำ" ทึ้งสิ้น สำหรับอาหารประเภทเครื่องจืด อาหารควรที่มีผู้นิยมมากเป็นอันดับสาม พบว่าส่วนใหญ่เป็นประเภทน้ำซุปและน้ำพริก และดูคุณท้องถิ่นภาคใต้ที่นิยมรับประทานเครื่องจืดที่มีรสเผ็ด กล่าวคือ อาหารประเภทน้ำซุป และน้ำพริกเป็นอาหารกลุ่มเดียวกัน ในห้องถิ่นชนบทภาคใต้เรียกชื่อต่างกันเท่านั้น อาหารประเภทนี้นิยมรับประทานกับผักสด เช่น ถูกสะตอ ถูกเนย หรือ ยอดไม้ต่าง ๆ เช่น ยอดย่าง เป็นต้น สาเหตุที่พบอาหารประเภทพล่าชำนาญน้อย อาจมีสาเหตุมาจากภาระสูงแบบเจาะจงในครัวนี้ สูงได้ก่อสูมตัวอย่างที่นิยมรับประทานประเภทนี้ไม่มากพอ หรืออาหารประเภทนี้ไม่ถูกสนับสนุนห้องห้องถิ่นชนบทภาคใต้ หรืออาหารประเภทนี้รับประทานหลายมื้อไม่กร่อย อาหารควรประเภทเครื่องเคียง พบข้อมูลชำนาญค่อนข้างน้อย อาจมีสาเหตุจากการจำแนกประเภทอาหารห้องถิ่นภาคใต้ครัวนี้ใช้หลักเกณฑ์ของอาหารของภาคกลางมาใช้ แต่ข้อมูลที่พบในกลุ่มนี้แสดงว่าการปรุงอาหารประเภทย่าง, ปิ้ง เป็นวิธีที่นิยมมากกว่าวิธีอื่น อาจมีสาเหตุเนื่องมาจากอาหารที่ทำในแต่ละครัวสั่งรับประทานไม่หมด สามารถนำมาอ้วนประทานในเมื่อต่อไปสะดวกกว่าวิธีปรุงแบบอื่น

✓ อาหารหวานห้องถิ่นภาคใต้ สามารถจำแนกเป็นประเภท แต่ไม่สอดคล้องกับหลักการจำแนกของหวานหรือขนมของไทย ของอาหารภาคกลาง (คณะกรรมการสมโภชกรุงรัตนโกสินทร์ 200 ปี 2525: 46) อาหารหวานที่พบส่วนใหญ่เป็นประเภทนี้ แสดงว่าของห้องถิ่นภาคใต้ที่นิยมปรุงด้วยวิธีนึง ทั้งนี้เนื่องจากอาหารหวานที่ปรุงด้วยวิธีนึงจะมุ่งนำรับประทาน นอกเหนือที่ยังพบว่าอาหารหวานประเภททอดก็นิยมค่อนข้างมากด้วย อาจมีสาเหตุมาจากอาหารที่ปรุงด้วยวิธีทอดเก็บไว้ได้นานกว่าวิธีการปั่นสะลูกกว่า หรือรับประทานขณะที่สุกใหม่ ๆ อร่อยกว่า เช่น จาปะดะชูบแบงทอด ข้าวเหนียวหวานชูบแบงทอด เป็นต้น ซึ่งอาหารเหล่านี้นิยมรับประทานในช่วงฤดูฝนทำให้ร่างกายเกิดความอบอุ่น สำหรับอาหารหวานประเภททอด พบร่วมกับอาหารจำพวกน้ำแข็ง แต่ไม่ใช่ในกระบวนการจำแนกประเภทน้ำหวานของภาค

กลาง แสดงว่ากรรมวิธีปั้นอาหารหวานลักษณะนี้เป็นวิธีนิยมมากในชนบทภาคใต้ น่าจะเป็นลักษณะเฉพาะของอาหารหวานท้องถิ่นภาคใต้ก็เป็นได้ ซึ่งการศึกษาในลำดับต่อไป แต่ไม่พบอาหารหวานประเภทกลอยแก้วและประเภทเชื่อม อาจมีสาเหตุมาจากวิธีการปั้นอาหารหวานประเภทกลอยแก้วนั้น ต้องประกอบด้วย ผลไม้สด น้ำเชื่อม และน้ำแข็ง ใช้ในห้องถิ่นชนบทไทย ๆ ของภาคใต้ ไม่มีน้ำแข็งรับประทานอย่างปัจจุบัน ทำให้ไม่การปั้นอาหารหวานลักษณะนี้ หากจะตัดแปลงรับประทานผลไม้สด กับน้ำเชื่อม ก็จะมีภาระมากประกอบ เช่น กะทิดบลูกโภณ์ หรือกะทิดบล้มีชีตอีน เป็นต้น และเนื่องจากในห้องถิ่นชนบทภาคใต้ดังเดิมนิยมทำส่วนแบบผสมอิงมีผลไม้ให้รับประทานตามฤดูกาลเปลี่ยนไปทั้งปี จึงนิยมรับประทานผลไม้สดมากกว่า ส่วนสาเหตุที่ไม่พบอาหารหวานประเภทเชื่อม มีสาเหตุมาจากการหวานชนบทภาคใต้ประเภทเชื่อมเหมือนกับห้องถิ่นอื่น เช่น เชื่อมมันต่าง ๆ เชื่อมขุน ซึ่งเป็นของเชื่อมเป็นที่รู้จักกันโดยทั่วไป แต่ยังไม่พบอาหารประเภทเชื่อมที่นิยมรับประทานเฉพาะในห้องถิ่นชนบทภาคใต้ซึ่งห้องถิ่นอื่นไม่รู้จัก นอกจากนี้พบว่าขนมหวานบางชนิดของห้องถิ่นภาคใต้มีเชื้อเม็ดอนกัน แต่วิธีปั้นแตกต่างกัน เช่น ขนมคง วิธีแรกปั้นแบบนึง อีกวิธีปั้นแบบสอง (ดูภาคผนวก ก. ประกอบ) จึงจำแนกประเภทไว้ตามหลักการจำแนกข้างต้น

อาหารว่างห้องถิ่นภาคใต้ ไม่ได้จำแนกประเภทย่อย เนื่องจากไม่มีเกณฑ์จำแนกประเภทย่อย ของอาหารว่างภาคกลางสำหรับใช้เป็นแนวทาง และอาหารว่างห้องถิ่นภาคใต้ที่พับในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนน้อย แสดงว่าอาหารว่างของ การวิจัยครั้งนี้มีจำนวนจำกัดมาก จึงไม่เพียงพอจะกำหนดลักษณะเฉพาะเพื่อจัดประเภทย่อยของอาหารว่างห้องถิ่นที่เหมาะสมได้ ทั้งนี้อาจมีสาเหตุจากการรับประทานของคนชนบทภาคใต้ ส่วนใหญ่ก็ยังรับประทานเพียง 2 ประเภทใหญ่ คือ อาหารหวานกับอาหารหวาน การจำแนกประเภทอาหารว่างเป็นการจำแนกตามแนวทางของอาหารภาคกลาง จึงทำให้พบอาหารประเภทนี้ในห้องถิ่นภาคใต้จำนวนน้อย

อาหารดาว เมื่อจำแนกตามสภาพความนิยม พบว่าส่วนใหญ่เกือบจะสูญหาย แสดงว่าอาหารดาวห้องถิ่นภาคใต้เกือบจะสูญหาย มีจำนวนค่อนข้างมาก ทั้งนี้มีสาเหตุมาจากการความสนใจลดลงมาก สภาพสังคมปัจจุบันมีการนำเทคโนโลยีมาเป็นเครื่องมือสำหรับประกอบอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น ซึ่งจะสะดวกต่อการรับประทาน หรือความนิยมบริโภคของห้องถิ่นเปลี่ยนแปลงไป หรือการประกอบอาหารที่นำไปในชนบท เช่น ทำส่วนทำนาสตัน้อยลง หรือแหล่งพืชผักในชนบทเปลี่ยนแปลงจากสภาพเดิม มีการบุกกรุกทำไร่-ทำสวน เป็นการทำลายสภาพธรรมชาติของพืชและสัตว์ ทำให้ขาดวัสดุในการประกอบอาหาร ตัวอย่างเช่น อาหารที่สูญหาย 4 ชนิด ได้แก่ คั่วเผ็ดถุงกริม อาจมีสาเหตุมาจากการถุงกริมตามแหล่งน้ำ หากเพาะปลูกลองต้นเข็น มากโซร อาจมีสาเหตุมาจากการส่วนผสมมีพุงปลา และวัสดุของเครื่องปั้น ส่วนใหญ่จะนำมาบุนพอดeka ถ้าเครื่องปั้นไม่ครบจะมีกิ่นความมาก จึงทำให้ไม่มีใครทำบริโภคแล้ว

อาหารหวาน เมื่อจำแนกตามสภาพความนิยม พบร่วมส่วนใหญ่เกือบจะสูญหาย แสดงว่าอาหารหวานท้องถิ่นภาคใต้เกือบจะสูญหายไปจำนวนมาก มีสาเหตุจากอาหารหวานบางชนิดรสชาติไม่อร่อย เช่นทันซองผู้ชี้ขาดส่วนใหญ่ระบุสาเหตุคล้ายกัน แต่ที่ขาดนับทั้งหมดแล้วเดิมเน้น เพราะไม่ต้องการรับประทาน เช่นเดียวกับอาหารเมืองหลัก และต้องการเก็บไว้รับประทานได้หลายมื้อคือคิดว่าแม้รสชาติไม่อร่อยแต่อิ่มท้อง หรือบางช่วงไม่มีผลไม้รับประทานสดจำนวนมากพอ หรือต้องการดัดแปลงวัสดุจากการปรุงอาหารความเปลี่ยนมาปรุงเป็นอาหารหวานรับประทานบ้าง บางชนิดมีขั้นตอนการปรุงยุ่งยาก เช่น ขنمไข่น่องหลา ขنمครกน้ำแกง ขนมดอกจัน บางชนิดทำในพิธีกรรม เช่น ขنمลิ้นควาย ทำในพิธีผูกข้าว เป็นขنمที่พบในอำเภอเกาะสมุย จังหวัดสุราษฎร์ธานี ปัจจุบันเกาะสมุยเป็นแหล่งท่องเที่ยวการทำมีน้อยลง ความเชื่อในพิธีกรรมจึงเปลี่ยนไป เป็นต้น ด้วยอย่างอาหารหวานที่สูญหาย 17 ชนิด ได้แก่ ขنمเขี้เพะ ขنمเข็ม้า ขنمไข่น่องหลง ข้าวเหนียวಡอกงา ขนมยาวย ขนนชันขาว ขنمชันน้ำตาลแดง ขنمลั่วเกระ ขนมลูกโภต ขนมหน่อไม้ ข้าวปั้ง ขنمปีง ขนมดอกจัน ขنمลิ้นควาย ขนมลูกขี้หม้อ ขนมหมีเก้าเจียน กลัวนบวงศ์น้ำทึบ และ ขنمครกน้ำแกง 

อาหารว่าง เมื่อจำเป็นตามสภาพความนิยม พบร้า ยังเป็นที่นิยม 19 ชนิด เกือบจะสูญหาย 17 ชนิด และสูญหาย มี 2 ชนิด แสดงว่า อาหารท้องถิ่นภาคใต้เกือบจะสูญหาย มีจำนวนค่อนข้างมาก แม้ว่าอาหารว่างซึ่งยังเป็นที่นิยม จะมีจำนวนมากกว่าจำนวนเล็กน้อยก็ตาม สำหรับอาหารว่างที่สูญหาย 2 ชนิด ได้แก่ มันไม้ต้มจืดน้ำพริก อาจมีสาเหตุจากในอดีตท้องถิ่นชนบทภาคใต้บ้างแห่ง การนำข้าวสารไปเพื่อบริโภค มีข้อจำกัดด้านความน่าคร�ชั่งไม่สะดวก ในบางฤดู เช่น ฤดูฝน ขาดแคลนข้าวสาร ทำให้ต้องบริโภคพืชไม้ต้มแทนข้าว เมื่อการคุณภาพในปัจจุบันสะดวกขึ้นทำให้ไม่จำเป็นต้องปรุงอาหาร ตำรับนี้เพื่อบริโภคเหมือนข่าวที่ขาดแคลนอาหารระยะนี้อีกต่อไป สำหรับ เมืองหัวหือ อาจมีสาเหตุมาจากการชนิดนี้มีผู้นิยมรับประทานน้อยลง หรืออาหารชนิดนี้นิยมรับประทานเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ เมื่อคนกลุ่มนี้ไม่ทำให้ถูกหลานรับประทานเป็นประจำ และรถชาติอาหารชนิดนี้คงจะไม่อร่อยด้วย ทำให้ต่อมาจึงไม่เป็นที่นิยมในท้องถิ่น

อาหารคาว เมื่อจำแนกตามเวลารับประทาน แสดงว่าอาหารคาวส่วนใหญ่นิยมรับประทานเวลาเย็น ทั้งนี้ เพราะตอนเย็นหลังเลิกงานมีเวลามากพอที่จะเตรียมอาหารบางชนิด เช่น แกงพุงปลา ไว้รับประทานได้ทันที มือ หรือ ก้าปูรุ่งตอนเช้าจะเตรียมเพื่อรับประทานในมื้อเที่ยงด้วย เป็นต้น และยัง

พบว่ามีอาหารบางชนิดที่นิยมรับประทาน เดพาะเวลากลางวัน เช่น แกงเลียงผักสมรرم หังนี้ เพราะเกี่ยวข้องกับความเชื่อ ที่ว่าหากรับประทานเวลาเย็นจะทำให้ห้องเสียได้

✗ อาหารหวาน เมื่อจ้าแนกดามเวลาที่นิยมรับประทาน พบร้า นิยมรับประทานเดพาะเวลากลางวัน 85 ชนิด นิยมรับประทานเฉพาะเวลาเช้า 5 ชนิด และนิยมรับประทานเฉพาะเวลาเย็น 1 ชนิด แสดงว่า อาหารหวานส่วนใหญ่นิยมรับประทานเวลากลางวัน หังนี้เพื่อเป็นการเพิ่มพลังงานสำหรับผู้ทำงานหนัก หรือเป็นอาหารสำหรับเวลากลางวัน นอกจากนี้พบว่า อาหารบางชนิดนิยมรับประทานเฉพาะมื้อเช้ากับ น้ำชา กาแฟ ซึ่งชาวชนบทรับประทานเป็นอาหารเช้าแทนข้าวสวย และบางชนิดที่นิยมรับประทานเฉพาะเวลาเช้า เช่น ขنمทุ่มโพลัง เพราะจะรับประทานหลังจากบวงสรวงเจ้าที่ตามความเชื่อ สำหรับอาหารหวานบางชนิดที่รับประทานเฉพาะเวลาเย็น เช่น ขنمกาซีดี เป็นอาหารหวานที่ชาวไทยมุสลิมนิยมรับประทานเมื่อกำบังวันในฤดูกูถือศีลอด เป็นต้น ✗

อาหารว่าง เมื่อจ้าแนกดามเวลารับประทาน พบว่านิยมรับประทานเวลากลางวัน 35 ชนิดเวลาเช้า 3 ชนิด แสดงว่าอาหารว่างส่วนใหญ่รับประทานเวลากลางวัน นอกจากนี้พบว่าการรับประทานอาหารว่างของห้องกินภาคใต้ จะรับประทานตามมื้อเช่นเดียวกับการรับประทานอาหารคาว ไม่ใช่การรับประทานระหว่างมื้อของอาหาร มื้อหลัก อาย่างการรับประทานอาหารของภาคกลาง และยังพบอีกว่า อาหารว่างบางอย่างหันหองกินภาคใต้ก็อ้วว่าเป็นกับข้าวชนิดหนึ่งด้วย

✗ อาหารคาว เมื่อจ้าแนกดามเทศกาล พบร้า การนิยมรับประทานอาหารในเทศกาลต่าง ๆ ค่อนข้างน้อย แสดงจากการรับประทานอาหารของห้องกินชนบทภาคใต้ ไม่ได้เช่นอยู่กับเทศกาล แต่นิยมรับประทานตลอดปี นอกจากนี้ยังพบว่าอาหารที่นิยมรับประทานในเทศกาลทดสอบมี 3 ชนิด ได้แก่ ต้มกระดูกหมูกับใบมะนาว น้ำเคยวัด และ แกงปลากระเบนย่างกับพูบงปลา และในเทศการออกพรรษา มีเพียง 1 ชนิด ได้แก่ แกงกะหรี่ หังนี้เนื่องจากอาหารดังกล่าวมีราคาถูก และสะดวกต่อการปรุง ใน การเลี้ยงคนจำนวนมากได้

✗ อาหารหวาน เมื่อจ้าแนกดามเทศกาล พบร้า นิยมรับประทานในวันສาราท 15 ชนิด นิยมรับประทานในเทศกาลอาร์รายาอ 6 ชนิด นิยมรับประทานในเทศกาลทดสอบมี 2 ชนิด และ รับประทานในเทศกาลออกพรรษา 2 ชนิด นิยมรับประทานในเทศกาลเช้าพรรษา 1 ชนิด และ รับประทานในเทศกาลงสงกรานต์ 1 ชนิด แสดงว่า อาหารหวานที่นิยมรับประทานในเทศกาลนี้จำนวนน้อย หังนี้มีสาเหตุมาจากการรับประทานอาหารหวานส่วนใหญ่ไม่ได้คำนึงว่า ต้องเป็นเทศกาล แต่อาหารหวานที่มีในเทศกาลเป็นอาหารที่ทำกันตามประเพณีนิยมที่สืบทอดกันมา ซึ่งมีน้อยชนิด และพบว่าขنمที่รับประทานในเทศกาล ซึ่งเกือบจะสูญหาย เช่น ในเทศกาลวันສาราท ได้แก่ ขنمเจี่ย ขنمลูกดิน ขنمลูกนุ ขنمสาภเปื้อ ขنمเหล็กโคน อาจมีสาเหตุจากมีอาหารที่ต้องจัดในลาร์บงานบุญเดือนสิงหาคมอีก

๗๐.
X

ได้แก่ ขنمลา พอง ชนเมบ้า ขنمดีคำ (เจาะหู) ขnmไบปลา เป็นหลักอยู่แล้ว จึงทำให้อาหารหวาน เฉพาะห้องสินบางอย่างได้ถูกยกเว้นไปบ้าง ทำให้ลั่ะเว้นต่อ ๆ กันมาจนเกือบสูญหายในที่สุด อาหารหวานในเทศกาล อาศัยรายอ ได้แก่ ขnmเสต๊ะ ทำด้วยแป้งสาคร ซึ่งวิธีการทำแป้งสาครต้องโคนตันสาคร นำมาทำเป็น ปังจุบันตันสาครมีน้อย จึงทำให้ขาดแคลนแป้งที่เป็นวัสดุสำคัญ ของขนมชนิดนี้ จึงทำให้ไม่เนยมอาหารหวานชนิดนี้ไปด้วย

อาหารร่วง ไม่มีอาหารร่วงชนิดใดที่นิยมรับประทานเฉพาะในเทศกาล แม้ว่าอาหารร่วงภาคใต้ บางชนิดใช้วัสดุประทานเป็นกันข้าวถ้วย ได้แก่ ถุงทอดเครื่อง ทองมันภูเก็ต เมืองสัมฤทธิ์ หมีผัด เป็นต้น อาหารร่วงดังกล่าวอาจเป็นกับข้าวที่นำไปทำบุญที่วัดเหมือนกัน แต่ไม่ได้เน้นเฉพาะสำหรับเทศกาล มีสาเหตุจากอาหารร่วงไม่ใช้อาหารหลักสำหรับการทำบุญ

อาหารคาว เมื่อจำแนกตามคุณภาพ พบร่วงส่วนใหญ่นิยมรับประทานตลอดทั้งปี รองลงมาคือ นิยมรับประทานเฉพาะฤดูฝน และรับประทานเฉพาะฤดูร้อน แสดงว่า อาหารคาวท้องถิ่นภาคใต้ ส่วนใหญ่ นิยมรับประทานตลอดปี ไม่มีอิทธิพลของคุณภาพมาเกี่ยวข้องมากนัก วัสดุสำหรับประกอบอาหาร เช่น พืช และ สัตว์ ที่เป็นวัสดุหลักในการประกอบอาหารคาวสามารถหาได้ตลอดปี สดคอดล้องกันความอุดม สมบูรณ์ของภาคใต้ นั่นเอง สำหรับคุณที่นิยมรับประทานอาหารคาวรองลงมา คือ ฤดูฝน มีสาเหตุมา จากบางห้องท้องที่การคงน้ำคามไม่สะอาดในฤดูฝน จึงปรุงอาหารชนิดนั้น เช่น คั่วพิกถูกปลา แกงไช่เป็ด กับยอดมะนาวอ่อน แกงส้มหมูกับหยวกกล้วย ผักกุดผัดเคย งบกุ้งเด็น แกงคั่วต้นอุดพิต แกงคั่วดอกผักบุ้งกับปลาปlarg เป็นต้น สำหรับอาหารคาวที่นิยมรับประทานฤดูร้อน มีสาเหตุมาจากมีพืชและสัตว์ ที่เป็นวัสดุประกอบอาหารเฉพาะฤดูแตกต่างออกไปจากฤดูฝน เช่น ยำลูกกุ้งเคย ยำลูกปริง แกงคั่วลาบ แกงปลากระเบนกับตօกกระเพรา ก็เป็นต้น

อาหารหวาน เมื่อจำแนกตามคุณภาพ พบร่วงส่วนใหญ่นิยมรับประทานทั้งปี คุณที่นิยมรับ ประทานรองลงมาคือฤดูฝน 33 ชนิด และนิยมรับประทานเฉพาะฤดูร้อนมีจำนวนเล็กน้อย แสดงว่า ส่วนใหญ่อาหารหวานท้องถิ่นภาคใต้ นิยมรับประทานตลอดทั้งปี จะเห็นว่าคุณภาพไม่มีอิทธิพลต่อ การเลือกวัสดุประทานอาหารหวานในห้องถิ่นภาคใต้ คุณภาพของภาคใต้มีเพียง 2 ฤดู คือ ฤดูร้อนกับ ฤดูฝน และสภาพอากาศทั้งสองฤดูนี้ไม่แตกต่างกันอย่างชัดเจน ละน้ำอาหารหวานจึงรับประทานได้ ทั่วไป นอกจากนี้พบว่าอาหารที่นิยมรับประทานเฉพาะฤดูฝนนั้น ส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับเทศกาล เช่น ในเทศกาลวันสารท ได้แก่ ขnmลา ขnmเทียน ชนเมบ้า ขnmเจาะหู เป็นต้น ในเทศกาลอุกพรรษา ได้แก่ ขnmต้มยำ เป็นต้น สำหรับอาหารที่นิยมรับประทานฤดูร้อน เช่น ในเทศกาลอาศัยรายอ ได้แก่ ขnmเทียน ขnmกาแฟดีดี ขnmตะปงบูงอ เป็นต้น

~~✓~~ อาหารว่าง เมื่อจำเป็นตามคุณภาพ พนักงานให้กินรับประทานทั้งปี และว่า คุณภาพไม่มี อิทธิพลต่อการเลือกรับประทานอาหารว่าง เช่นกัน ทั้งนี้มีสาเหตุมาจากสภาพคุณภาพของภาคใต้ทั้งสอง คุณ ไม่แตกต่างที่ชัดเจนและจำนวนอาหารที่รับรวมได้มีจำนวนไม่มาก สำหรับอาหารว่างที่นิยมรับประทานเฉพาะในฤดูฝน ได้แก่ เบื้องมันทอด ปูนาขูบแพ้งทอด เมี่ยงส้มมุด ยำดอกชุมพู่ย่างหวาน ส้มตำ กับยำตานี และ เห็นใจคุกซึมกับปลาเค็ม เป็นต้น ส่วนอาหารว่างที่นิยมรับประทานเฉพาะในฤดูร้อน ได้แก่ ขันหมูน้ำแกงส้มห้อน แตงจิ้ม ถั่วผักคนพรา ฯ และ แมลงพลับยัดไส้ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

1. นักวิจัยที่สนใจในการศึกษาที่เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่น จะได้นำแนวทางไปศึกษาควบรวม ข้อมูลเกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นภาคอื่น ๆ นอกเหนือจากอาหารท้องถิ่นภาคใต้
2. โภชนาการ สามารถนำอาหารเหล่านี้ไปปรับเปลี่ยนอาหารที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์แก่ผู้บริโภค เพื่อนำมาปรับปรุงแก้ไข หาวิธีการในการเพิ่มคุณค่าอาหารแก่บุคคลในท้องถิ่น ต่อไป
3. ผู้สนใจที่จะประกอบอาหารแปลง ๆ โดยอาจจะทำเป็นอาชีพ หรืองานอดิเรก ก็ตามจะได้ คว้ามารู้ฐานอาหารท้องถิ่นที่เป็นที่เชื่อถือได้ และสามารถนำไปปรุงเองได้ เพราะได้จัดทำเป็นตัวรับมาตรฐานไว้เรียบร้อยแล้ว
4. ครูอาจารย์ นิสิต นักศึกษา ที่สนใจการเรียนการสอนด้านคณะกรรมการศาสตร์จะได้ใช้เป็นตัวอย่าง ในการศึกษาค้นคว้าวิจัยสืบไป
5. งานวิจัยนี้มีอุปสรรคมาก ที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ ความเป็นปัจจัยของการชั้ง ดวง ข้อมูล เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ ตัวอย่างเช่น ไส้เกลือปริมาณ 1 หยิบมือ หยิบมือของ นาง ก. นาง ข. และ นาง ค. ก็ไม่เท่ากัน หรือไส้พิริกซึ่งน้ำ 1 ขยุ้ม ขยุ้มมือของนาง ก. นาง ข. และ นาง ค. ไม่เท่ากันอีก ฉะนั้นการเอาข้อมูลจากการสัมภาษณ์มาทำเป็นตัวรับมาตรฐานจึงยุ่งยากมาก ถ้าจัดปัญหานี้ได้ จะทำให้งานวิจัยเป็นไปอย่างรวดเร็วยิ่งขึ้น
6. ตัวร่างที่จะศึกษาลักษณะที่เกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นมีน้อยมาก หรือเกือบไม่มีเลย ผู้สอนวิชา คณะกรรมการศาสตร์ในระดับอุดมศึกษา หรือผู้สนใจ ควรจะเก็บรวบรวมอาหารท้องถิ่นในแต่ละภาค หรือใน แต่ละจังหวัดที่ตนมีภูมิลำเนาอยู่ จะทำให้ได้ตัวร่างด้านนี้มากขึ้น เป็นการกระจายความรู้เรื่องอาหาร ท้องถิ่นของไทย ทั้งอาหารคาว อาหารหวาน อาหารว่าง ให้แพร่หลายยิ่งขึ้น
7. ถ้าจะให้ดี งานวิจัยเรื่องนี้ ควรมีภาพประกอบ และควรเป็นภาพสี แต่เนื่องจากผู้วิจัยมี ข้อจำกัดด้านงบประมาณและเวลา เพราะมีภาระในงานสอนมาก จึงไม่สามารถจัดทำได้ ดังนั้นถ้าจะให้

ดีควรบันทึกการทำอาหารท้องถิ่นที่มีผู้สนใจมาก ๆ ลงในวิดีโอเทป (Vedio Tape) เพื่อให้เห็นชัดเจนเป็นการเผยแพร่ความรู้ด้านอาหารท้องถิ่น โดยผ่านໂສຕทศนูปกรณ์ ที่มองเห็นได้ชัด และสามารถนำไปใช้สอนได้เลย

8. สิ่งที่ควรจะศึกษาต่อไป คือ ชื่อของอาหารท้องถิ่นแต่ละชนิด ยังเรียกแตกต่างกันออกไป ทั้ง ๆ ที่มีเครื่องปูรุ่งและวิธีทำ และลักษณะอาหารเหมือนกัน เช่น ขนมเจาะหู หรือขนมตีทำ ขนม พันเมืองหรือขนมกวน เห็ดหมากหรือบเห็ด ยำเบียงลายหรือยำลาย ยำสาหร่ายกะเฉด ขนมกอหลุ่น หรือขนมแกะหลุ่น ก้อหลุ่น เป็นต้น นอกจากนี้ควรจะได้ศึกษาเบรียบเทียบ ซึ่งที่นำมาปูรุ่งอาหาร ในระหว่างภาคเหนือ ภาคอีสาน ภาคกลาง และภาคใต้ ว่ามีพิช ผัก ผลไม้ และสัตว์ ชนิดใดที่นำมาปูรุ่งอาหารได้เหมือนกัน หรืออาหารชนิดใดที่มีในภาคใดภาคหนึ่ง แต่ไม่มีในภาคอื่น ๆ เป็นต้น

