

การพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง \*  
THE PRODUCT DEVELOPMENT OF DRIED SHRIMP  
LIANG CURRY PASTE

กฤษคุณ ภาณิตญาณกร

Kritchakhun bhanityanakorn

ธีรภัญญา ตั้งสุวรรณรังษี

Teerakunya Tangsuvanrangsee

ภัญญา ตั้งสุวรรณรังษี

Kunya Tangsuvanrangsee

นฤมล ท้าวดี

Naruemol Tawdee

พลอยไพลิน เมตตานัยธรรม

Ploypailin Mettanaiyathum

ภัทรวรินทร์ บำรุง

Pattarawarin Bamrung

พิชชาภา ลิ้มปิโชติพงษ์

Pitchapa Limpichotipong

พยุหพล เทพรักษ์

Phayuhaphon Tepparuk

ณัฐริกา แสนกล้า

Nattharika Saenkla

อัจฉราพรณ นิลธรรม

Autcharaphun Niltham

วิทยาลัยการท่องเที่ยวและการบริการ มหาวิทยาลัยรังสิต, ประเทศไทย

College of Tourism and Hospitality Rangsit University, Thailand

E-mail: kritchakhun.b@rsu.com



## บทคัดย่อ

การพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาสูตรพื้นฐานน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง และ 2. พัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งให้เป็นที่ยอมรับของผู้บริโภค การศึกษานี้เป็นการศึกษาเชิงทดลอง โดยมีกลุ่มตัวอย่างได้แก่ บุคลากรจากมหาวิทยาลัยรังสิตจำนวน 74 คน สุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง โดยมีสูตรตำรับอาหารและแบบสอบถามเป็นเครื่องมือวิจัย และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ผลการศึกษาพบว่า 1. พบว่าสูตรพื้นฐานน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งที่ประกอบด้วยพริกไทย 5 กรัม หอมแดงหั่นหยาบ 50 กรัม กระชายหั่นหยาบ 50 กรัม กระปิตี 15 กรัมและปลาแห้งป่น 150 กรัม ได้รับความชื่นชอบมากที่สุด ทั้งด้านความชอบโดยรวม ด้านสี ด้านกลิ่น ด้านรสชาติ และด้านเนื้อสัมผัสได้รับ 2. พัฒนาและเพิ่มมูลค่าอาหารพื้นบ้านเช่นแกงเลียง ให้เป็นผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง ในบรรจุภัณฑ์ที่ทันสมัย ปลอดภัย สามารถเก็บไว้ได้ในและเป็นที่ยอมรับของผู้บริโภคโดยได้รับการชื่นชอบมากที่สุด ในด้านสี ด้านกลิ่น ด้านรสชาติ และด้านเนื้อสัมผัส โดยองค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการศึกษานี้ได้แก่ ผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งที่เสริมคุณค่าด้วยพริกไทยและกระชาย และมีคุณค่าทางโภชนาการพลังงาน (กิโลแคลอรี) 111.2 ทั้งคาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน และใยอาหาร เหมาะสำหรับผู้บริโภคที่ใส่ใจในด้านสุขภาพ

**คำสำคัญ:** แกง, ผัด, น้ำพริก, แกงเลียง, การพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร

## Abstract

Product development of dried shrimp curry paste has 1. To study the basic recipe for Kaeng Liang chili paste with dried shrimp and 2. To develop the product of Kaeng Liang chili paste with dried shrimp to be acceptable to consumers. This study is an experimental study. The sample groups were 74 personnel from Rangsit University by purposive sampling method. Research tools are food recipes and questionnaires are research tools. and analyzed the data using descriptive statistics. The results of the study found that: 1. It was found that the basic recipe for curry paste with dried shrimp, consisting of 5 grams of pepper, 50 grams of coarsely chopped shallots, 50 grams of coarsely chopped galangal, 15 grams of dried shrimp paste and 150 grams of ground dried fish, was most popular. Overall preferences, color, aroma, taste, and texture were received. 2. Develop and



increase the value of local food such as Kaeng Liang to be a product of chili paste with dried shrimp curry in modern, safe packaging, that can be stored in and is accepted by consumers and is most liked in terms of color, smell, taste and texture. The new knowledge gained from this study includes new product of dried chili paste with dried shrimp that is enriched with pepper and galangal. and has nutritious energy (kilocalories) 111.2 including carbohydrates, protein, fat, and dietary fiber, suitable for consumers who are health conscious.

**Keyword:** Soup, Stir-fried, Chili paste, Kang Liang

## บทนำ

อาหารเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ และจากพฤติกรรมการบริโภคของคนไทยในปัจจุบันได้ผสมผสานพฤติกรรมดั้งเดิมที่มีข้าว ปลา น้ำพริก พืชผัก แกง และผลไม้ ด้วยการบริโภคที่หลากหลายนี้การบริโภคอาหารที่ดีจะช่วยให้มีพัฒนาการทางร่างกายและจิตใจที่ปราศจากโรคภัย ยังมีอาหารประเภทแกงที่คนไทยนิยมบริโภค ทั้งนี้แกงที่มีประโยชน์ ทั้งเรื่องกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์และคุณประโยชน์ของตัวเอง และเป็นแกงโบราณ อันเป็นเอกลักษณ์ของไทยสมัยอดีต มีรสเผ็ดร้อนจากพริกไทย ซึ่งคาดว่าน่าจะได้รับอิทธิพลของพริกมาจากชาวโปรตุเกสที่เข้ามาในสมัยอยุธยา นั่นก็คือ แกงเลียงที่ แม่หลังคลอดคุ่นเคย ความที่แกงเลียงอุดมด้วยเครื่องเทศสมุนไพรที่มีประโยชน์ ในอดีตแกงเลียงจึงนิยมนำมาปรุงเป็นอาหารสำหรับสตรีที่เพิ่งคลอดบุตร เพื่อช่วยเร่งน้ำนมได้ดียิ่ง (สุปราณี หลักคำ, 2549)

แกงเลียง เป็นแกงน้ำใสที่มีรสเผ็ดร้อน จากพริกไทย เป็นแกงโบราณของไทย ก่อนที่ไทยจะได้รับอิทธิพลของพริกมาจากชาวโปรตุเกสที่เข้ามาในสมัยอยุธยา ผักที่ใช้เป็นผักพื้นบ้านที่ปลูกริมรั้วทั้งหมด เช่น พักทอง บวบ ตำลึง ใบแมงลัก และใส่กุ้งแห้งเพื่อให้มีรสหวานอร่อยแกงเลียงจัดเป็นอาหารสุขภาพที่มีรสเผ็ดร้อนจากพริกไทย ที่ช่วยกระตุ้นระบบย่อยอาหาร และช่วยให้ระบบไหลเวียนของเลือดดีขึ้น พักทองมีวิตามินเอช่วยบำรุงสายตา ตำลึงมีเบต้าแคโรทีนสูงช่วยกำจัดอนุมูลอิสระ บวบมีใยอาหารสูงและช่วยบำรุงน้ำนม ใบแมงลักมีธาตุเหล็กสูง ช่วยบรรเทาอาการหวัด และแก้วงเวียน ศีรษะ โปรตีนได้จากกุ้งแห้งและเนื้อกุ้งสด (รุ่งดาว กลิ่นจะโป๊ะ และ กิติภรณ์, 2559) แกงเลียง มีส่วนประกอบสำคัญคือ หอมแดง กระชาย พริกไทยดำป่น กุ้งแห้งป่น พริกขี้หนูสับละเอียด กะปิ และผักต่าง ๆ (สุปราณี หลักคำ, 2549) สามารถปรุงตามฤดูกาลต่าง ๆ และได้รับสรรพคุณต่างๆ จากผักในแต่ละฤดูกาล แต่ขั้นตอนและส่วนประกอบของแกง



เสียงมีหลายอย่าง บางคนจึงอาจมองว่ามีความยุ่งยากในการปรุง ดังนั้นจึงเป็นที่มาของงานวิจัยในครั้งนี้ คือ เพื่อความสะดวกสำหรับผู้ที่ต้องการบริโภค สามารถช่วยลดระยะเวลาในการปรุง โดยที่ยังมีส่วนประกอบครบ ให้รสชาติและสารอาหารครบเช่นเดิม

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสูตรพื้นฐานแกงเลียงที่เหมาะสมและได้รับการยอมรับจากผู้บริโภค
2. เพื่อพัฒนาผลิตภัณฑ์แกงเลียงโดยการเพิ่มมูลค่าเป็นผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกึ่งแห้งให้เป็นที่ยอมรับของผู้บริโภค

### ระเบียบวิธีวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ บุคลากรในมหาวิทยาลัยรังสิตจำนวนทั้งหมด 74 คน สุ่มตัวอย่างด้วยวิธีเฉพาะเจาะจง

#### ขั้นตอนการดำเนินงาน

1. การศึกษาเพื่อคัดเลือกสูตรมาตรฐาน โดยการคัดเลือกหนึ่งในสามของสูตรพื้นฐานที่ได้รับคะแนนมากที่สุดจากผู้ทดสอบการชิม
2. การพัฒนาสูตรมาตรฐาน นำสูตรมาตรฐานมาพัฒนาโดยสูตรที่หนึ่งเพิ่มกระชายและพริกไทยดำเป็นหนึ่งเท่าของสูตรมาตรฐาน สูตรที่สองเพิ่มกระชายและพริกไทยดำเป็นสองเท่าของสูตรมาตรฐาน และสูตรที่สามเพิ่มกระชายและพริกไทยเป็นสามเท่าของสูตรมาตรฐาน จากนั้นคัดเลือกหนึ่งในสามสูตรมาตรฐานที่ได้รับคะแนนมากที่สุดจากผู้ทดสอบการชิม
3. การศึกษาคุณลักษณะทางกายภาพของผลิตภัณฑ์ โดยทำการวัดค่าสี ค่า Brix และค่า PH
4. การศึกษาการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการของสูตรมาตรฐานและสูตรหลังการพัฒนา ผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกึ่งแห้งต่อ 100 กรัม ได้แก่ หลังงาน คาร์โบไฮเดรต โปรตีน ไขมัน และใยอาหาร
5. การศึกษาและเลือกบรรจุภัณฑ์ โดยคำนึงถึงความเหมาะสม และบรรจุภัณฑ์ที่ช่วยยืดอายุการเก็บรักษาผลิตภัณฑ์

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

โดยการศึกษาคุณลักษณะทางกายภาพ และเคมีของน้ำพริกผัดแกงเลียงกึ่งแห้งทำการผลิตน้ำพริกผัดแกงเลียงจากส่วนผสมกึ่งแห้ง 3 สูตร จากนั้นนำตัวอย่างน้ำพริกผัดแกงเลียงไป



ทดสอบชิม โดยคัดเลือกจากสูตรที่ได้คะแนนมากที่สุด จากนั้นนำไปวิเคราะห์คุณลักษณะทางกายภาพ และเคมี

ด้านคุณลักษณะทางกายภาพ

ค่าสี ทำการวัดค่าสีของน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งด้วยเครื่องวัดค่าสี ค่า  $L^*a^*$  และ  $b^*$  บอกถึงค่าความสว่าง ค่าความเป็นสีแดง และค่าความเป็นสีเหลือง โดยการนำน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งใส่ถุงพลาสติก และนำไปวัดค่าสี

ด้านประสาทสัมผัส

ทำการประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสของน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งด้วยวิธีให้คะแนนความชอบ 9 ระดับ (9 Point Hedonic Scale) กำหนดให้ 1 = ไม่ชอบมากที่สุด, 2 = ไม่ชอบมาก, 3 = ไม่ชอบปานกลาง, 4 = ไม่ชอบเล็กน้อย, 5 = บอกไม่ได้ว่าชอบหรือไม่ชอบ, 6 = ชอบเล็กน้อย, 7 = ชอบปานกลาง, 8 = ชอบมาก และ 9 = ชอบมากที่สุด โดยผู้ที่ประเมินทางประสาทสัมผัสเป็นกลุ่มตัวอย่างนักศึกษาห้องเทียบการบริการ สาขาศิลปและเทคโนโลยีการประกอบอาหาร ชั้นปีที่ 4 จำนวน 20 คน และทำการประเมินแบบทดสอบทางประสาทสัมผัส ระหว่างตัวอย่างให้ตีม้ำเพื่อกลั้วปาก ในการทำแบบประเมินการให้คะแนนความชอบในคุณลักษณะต่างๆ ดังนี้ ลักษณะปรากฏ สี กลิ่น รสชาติ และความชอบรวม

## ผลการวิจัย

สูตรพื้นฐานน้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งที่เหมาะสมและได้รับการยอมรับจากผู้บริโภค แสดงรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ตารางสูตรมาตรฐาน

	สูตรพื้นฐานที่ 1	สูตรพื้นฐานที่ 2	สูตรพื้นฐานที่ 3.
พริกไทย	5 กรัม	5 กรัม	5 กรัม
หอมแดงหั่นหยาบ	50 กรัม	50 กรัม	50 กรัม
กระชายหั่นหยาบ	15 กรัม	-	50 กรัม
กะปิดี	15 กรัม	15 กรัม	15 กรัม
กุ้งแห้งป่น	100 กรัม	-	-
ปลาแห้งป่น	-	100 กรัม	150 กรัม



สูตรพื้นฐานที่ 1 อ้างอิงสูตรจากหนังสือเมนูอร่อย ประหยัด จากผักปลูกเอง (พิมพ์วิบูลย์ โภคาสุขวิบูลย์, 2562)

สูตรพื้นฐานที่ 2 อ้างอิงสูตรจากอาหารไทยยอดนิยม (สำนักพิมพ์แสงแดด, 2559)

สูตรพื้นฐานที่ 3 อ้างอิงสูตรจากหนังสือรสชาติอาหารไทย ตำรับแท้แต่ดั้งเดิม (รสชาติอาหารไทย ตำรับแท้แต่ดั้งเดิม, 2560)

## ตารางที่ 2 ผลการประเมินทางประสาทสัมผัสของแกงเลียงสูตรพื้นฐาน

		ระดับความชอบ (ร้อยละ)								
แกงเลียงสูตรพื้นฐาน		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	เล็กน้อย	เฉย ๆ	ไม่ชอบเล็กน้อย	ไม่ชอบปานกลาง	ไม่ชอบมาก	ไม่ชอบมากที่สุด
สูตรที่ 1	สี	13.5	40.5	28.4	12.2	5.4	0	0	0	0
	กลิ่น	12.2	47.3	27	9.5	1	3	0	0	0
	รสชาติ	23	29.7	24.3	10.8	3.5	1.35	1.35	0	0
	เนื้อสัมผัส	21.6	29.7	24.3	9.5	13.5	1.4	0	0	0
	ความชอบโดยรวม	18.9	39.2	24.3	9.5	5.4	0	2.7	0	0
	รวม	89.20	186.40	128.30	51.50	34.80	5.75	4.05	0	0
สูตรที่ 2	สี	4.1	21.6	28.4	24.3	13.5	5.4	0	2.7	0
	กลิ่น	7.1	9.9	37.8	24.3	9.5	8.5	0	2.9	0
	รสชาติ	4.1	14.9	35.1	28.4	9.5	4.1	1.3	1.3	1.3
	เนื้อสัมผัส	2.7	13.5	37.8	31.1	10.8	2.7	0	1.4	0
	ความชอบโดยรวม	1.4	14.9	43.2	14.9	16.2	4	0	1.4	4
	รวม	19.4	74.8	182.30	123.00	59.50	24.70	1.30	9.70	5.30



สูตร ที่ 3	สี	2.7	24.3	14.9	23	17.6	5.4	2.7	4	5.4
	กลิ่น	7	12.2	25.7	23	12.2	5.6	2	8.3	4
	รสชาติ	2.7	2.7	25.7	16.2	18.9	10.8	4	9.5	9.5
	เนื้อสัมผัส	2.7	8.1	24.3	25.7	16.2	5.4	5.4	8.2	4
	ความชอบ โดยรวม	6.8	8.1	28.4	18.9	8.1	10.8	5.4	8.1	5.4
	รวม	21.90	55.40	119.0	106.8	73.00	38.00	19.50	38.10	28.30
				0	0					

จากตารางที่ 1 สูตรพื้นฐานสำหรับแกงเลียงสูตรพื้นฐานที่นำมาทดลองทั้งสามสูตร พบว่า สูตรที่ 3 ประกอบด้วยส่วนผสมดังนี้พริกไทย 5 กรัมหอมแดงหั่นหยาบ 50 กรัมกระชายหั่นหยาบ 50 กรัมกระปิตี 15 กรัมและปลาแห้งป่น 150 กรัม ได้รับความนิยมนจากกลุ่มตัวอย่างมากที่สุด โดยสูตรที่ 3 มีความชอบโดยรวมอยู่ที่อยู่ระดับปานกลางมีความชอบด้านสีอยู่ระดับมากมีความชอบด้านกลิ่นอยู่ระดับปานกลางมีความชอบด้านรสชาติอยู่ระดับปานกลางมีความชอบด้านเนื้อสัมผัสอยู่ระดับเล็กน้อย

#### ผลการพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง

เมื่อได้แกงเลียงสูตรพื้นฐานที่ให้รสชาติและคุณค่าทางอาหารเป็นที่พึงพอใจของกลุ่มตัวอย่างแล้วผู้วิจัยจึงได้นำสูตรแกงเลียงพื้นฐานนั้นมาพัฒนาเพื่อทำให้เป็นผลิตภัณฑ์ที่พกพาสะดวกและเพิ่มมูลค่าสร้างการยอมรับของผู้บริโภคผู้วิจัยจึงได้นำสูตรแกงเลียงมาพัฒนาโดยได้ดำเนินขั้นตอนการทดลองในรูปของผลิตภัณฑ์สำเร็จรูปต่าง ๆ และพบว่าผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้งเป็นผลิตภัณฑ์ที่ได้รับความยอมรับและพึงพอใจของผู้บริโภคมากที่สุดอีกทั้งคุณค่าทางโภชนาการก็มีสูง

ผลการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการของแกงเลียงสูตรพื้นฐานเปรียบเทียบกับ ผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง

จากการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการของแกงเลียงสูตรพื้นฐาน 300 กรัม และผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัด แกงเลียงกุ้งแห้งเสริมพริกไทยและกระชายร้อยละ 50 ในปริมาณ 5 กรัม และ 15 กรัม ตามลำดับ พบว่า ให้ พลังงาน 735 กิโลแคลอรี คาร์โบไฮเดรต 11.2 กรัม โปรตีน 70.4 กรัม ไขมัน 6.9 กรัม และใยอาหาร 34 กรัมต่อผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกุ้งแห้ง 397 กรัม



**ตารางที่ 3** ผลการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการของแกงเลียงสูตรพื้นฐาน เปรียบเทียบกับผลิตภัณฑ์น้ำพริก ผัดแกงเลียงกึ่งแห้ง

คุณค่าทางโภชนาการ	สูตรพื้นฐาน	สูตรเสริมพริกไทยและกระชาย
พลังงาน (กิโลแคลอรี)	735	735
คาร์โบไฮเดรต (กรัม)	111.2	111.2
โปรตีน (กรัม)	70.4	70.4
ไขมัน (กรัม)	6.9	6.9
ใยอาหาร (กรัม)	34	34

ผลการตรวจคุณลักษณะทางกายภาพ

ตรวจวัดค่าสี  $L^*a^*b$  โดยเครื่อง Colorimeter รุ่น WR10 ยี่ห้อ FRU ตรวจปริมาณน้ำอิสระ  $A_w$  โดย เครื่อง Water activity รุ่น WD-160A และตรวจค่าความเป็น กรด-ด่าง โดย เครื่อง Milwaukee-Tester pH

**ตารางที่ 4** ผลการตรวจคุณลักษณะทางกายภาพ

คุณลักษณะทางกายภาพ	ผลิตภัณฑ์น้ำพริกผัดแกงเลียงกึ่งแห้ง
ค่าความสว่าง $L^*$	39.29
ค่าความเป็นสีแดง $a^*$	30.87
ค่าความเป็นสีเหลือง $b^*$	66.70
ปริมาณน้ำอิสระ $A_w$	0.92
ค่าความเป็นกรด-ด่าง	6.55



ภาพที่ 1 ตัวอย่างรูปภาพการทดลองผลิตภัณฑ์เพื่อหาสูตรมาตรฐาน  
รูปการทดลองผลิตภัณฑ์เพื่อหาสูตรมาตรฐาน



ภาพที่ 2 รูปผลการทดลองสูตรมาตรฐาน

### อภิปรายผล

การพัฒนาสูตรพื้นฐานของแกงเลียงที่ผู้บริโภคนิยมมากที่สุด ประกอบด้วยส่วนผสมดังนี้ พริกไทย 5 กรัมหอมแดงหั่นหยาบ 50 กรัมกระชายหั่นหยาบ 50 กรัมกระปิตี 15 กรัมและปลาแห้งป่น 150 กรัม ซึ่งเป็นการพัฒนาจากการรวบรวมและทดลองสูตรที่ได้รับความนิยมใน



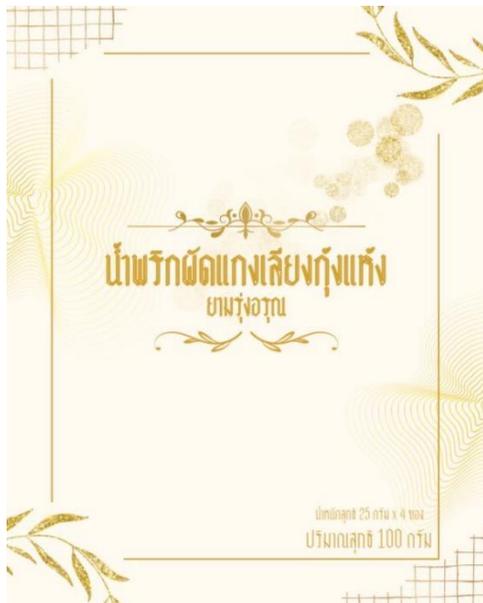
ปัจจุบันจำนวน 3 สูตรและผลิตออกมาเป็นแกงเลียงและนำไปให้ผู้บริโภคทดลองชิม สอดคล้องกับแนวคิดด้านพฤติกรรมผู้บริโภคด้านอาหารของจินภา นราคร และคณะ (2564) ศึกษาเรื่องตำรับอาหารพื้นบ้านของสงขลา มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาชนิด ส่วนประกอบ และพฤติกรรมในการบริโภคอาหาร พื้นบ้านของจังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้มีจำนวน 210 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า ตำรับอาหารพื้นบ้านจังหวัดสงขลา มีทั้งหมด 77 ตำรับ ซึ่งแบ่งออกเป็นอาหารประเภทคาว 62 ตำรับ ได้แก่ แกงเผ็ด แกงจืด อาหารที่ปรุงแบบผัด คั่ว และยำ อาหารประเภททอด ย่าง ปิ้ง และนึ่ง อาหารประเภทเครื่องจิ้ม อาหารจานเดียว และอาหาร ประเภทอาหารหวาน 15 ตำรับ ส่วนใหญ่ผู้บริโภคนิยมปรุงเอง และ บริโภคในมือกลางวันและมือเย็น วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร เป็นเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ ได้แก่ เนื้อหมู เนื้อวัว และเนื้อปลา ผักที่ นิยมนำ มาประกอบอาหาร ได้แก่ ใบชะพลู ใบชะมวง และใบมะขาม อ่อน เป็นต้น สำหรับเครื่องปรุงส่วนใหญ่ ได้แก่ กะปิ น้ำ ปลา เกลือ กระเทียม หัวหอม ตะไคร้ พริก ข่า ขมิ้น และใบมะกรูด สำหรับ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร พื้นบ้านนั้นจะมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้าง ตามฤดูกาลของผลผลิต อย่างไรก็ตามควรมีการเพิ่มผัก หนေး และ ผลไม้ ในบางรายการของอาหารพื้นบ้านเพื่อให้ร่างกายได้รับประโยชน์ อันจะช่วยส่งผลในการเสริมสร้างสุขภาพมากขึ้น

2. การพัฒนาผลิตภัณฑ์จากแกงเลียงเป็นน้ำพริกผัดแกงเลียงกึ่งแห้ง เพื่อความสะดวกของผู้บริโภคในการเตรียมวัตถุดิบ และ ลดขั้นตอนการเตรียมเครื่องพริกแกงสำหรับแกงเลียงสามารถพกพาสะดวก บรรจุอยู่ในบรรจุภัณฑ์สมัยใหม่สามารถเก็บไว้ได้นานทั้งในตู้เย็นและในอุณหภูมิปกติ สอดคล้องกับงานวิจัยของจตุพร ฮกอัน และคณะ (2564) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาผลิตภัณฑ์เครื่องแกงแบบมีส่วนร่วมบนฐานทรัพยากรชุมชน กรณีศึกษา กลุ่มสตรีทำเครื่องแกงบ้านหัวเกาะช้าง ตำบลปากแตระ อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา พบว่าตำบลปากแตระเป็นชุมชนที่ชาวบ้านยังประสบกับปัญหาการประกอบอาชีพ จึงมีการก่อตั้งกลุ่มสตรีทำเครื่องแกงบ้านหัวเกาะช้างขึ้น เพื่อให้ชาวบ้านในชุมชนมีอาชีพและรายได้จากการผลิตเครื่องแกงจำหน่าย โดยเริ่มแรกการผลิตเครื่องแกงของกลุ่มเป็นแบบทำมือ ต่อมาเปลี่ยนเป็นการใช้เครื่องบดไฟฟ้า อย่างไรก็ตามกลุ่มยังประสบปัญหาหลายด้าน โดยเฉพาะด้านภาพลักษณ์ผลิตภัณฑ์ และด้านการควบคุมต้นทุนวัตถุดิบ จึงนำมาสู่การพัฒนาผลิตภัณฑ์เครื่องแกงแบบมีส่วนร่วมบนฐานทรัพยากรชุมชน โดยมีการดำเนินการ 7 กิจกรรมด้วยกัน ได้แก่ กิจกรรมการพัฒนาโลโก้กลุ่ม กิจกรรมการพัฒนาฉลากสินค้า กิจกรรมการพัฒนาบรรจุภัณฑ์ กิจกรรมการพัฒนา



ผลิตภัณฑ์พริกน้ำส้ม กิจกรรมแปลงสาธิตการปลูกพริกปลอดสารพิษ กิจกรรมการส่งเสริมการใช้ฮอร์โมนนมสดเร่งการเจริญเติบโตของพริก และกิจกรรมการสร้างเพจสินค้า โดยให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่าง ๆ ที่เรียกว่า “วชร” (วัด, ชุมชน และรัฐ) สำหรับแนวทางการส่งเสริมและพัฒนา กลุ่ม ได้แก่ การพัฒนาต่อยอดผลิตภัณฑ์เครื่องแกงในลักษณะของการสร้างมูลค่าเพิ่มในรูปแบบต่าง ๆ การส่งเสริมการทำแปลงสาธิตปลอดสารพิษที่เน้นการปลูกวัตถุดิบประเภทอื่น ๆ นอกเหนือจากพริก การกำหนดโครงสร้างของกลุ่มให้มีความชัดเจน และการส่งเสริมการถ่ายทอดองค์ความรู้ เพื่อเพิ่มศักยภาพให้กับกลุ่มสตรีทำเครื่องแกงบ้านหัวเกาะช้าง

## องค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 3 ฉลากผลิตภัณฑ์

องค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัยนี้ได้แก่การพัฒนาผลิตภัณฑ์สำเร็จรูปที่สามารถเพิ่มมูลค่าให้แก่ผลิตภัณฑ์พื้นฐานหรือตำรับอาหารชาวบ้านได้ผลิตภัณฑ์ที่ได้จากการวิจัยนี้ได้แก่น้ำพริก ผัดแกงเลียงกุ้งแห้งซึ่งเป็นการพัฒนาผลิตภัณฑ์มาจากสูตรแกงเลียงและเพิ่มเสริมสารอาหาร เพื่อเพิ่มรสชาติและคุณค่าทางโภชนาการให้แก่พริกไทยและกระชายดำรวมถึงได้ดำเนินการ



จัดทำเป็นผลิตภัณฑ์ในรูปแบบของน้ำพริกเพื่อความสะดวกในการเก็บรักษาพกพาและนำมาปรุงอาหารได้รวมถึงสามารถรับประทานแก้มกับข้าวได้ผลิตภัณฑ์นี้สามารถเก็บรักษาได้ทั้งในตู้เย็นและในอุณหภูมิห้องซึ่งสามารถให้ผู้ประกอบการนำไปพัฒนาต่อไปในเชิงพาณิชย์ได้

### สรุปและข้อเสนอแนะ

สูตรพื้นฐานของแกงเลียงจากการวิจัยนี้ได้ข้อสรุปเป็นสูตรพื้นฐานซึ่งเป็นสูตรที่นำมาจากตำรับอาหารชาวบ้านและนำมาปรุงเป็นแกงเลียงและสอบถามความพึงพอใจจากกลุ่มตัวอย่างและนำไปพัฒนาเป็นศูนย์มาตรฐานต่อไปผลิตแกงเลียงกึ่งแห้ง ข้อเสนอแนะจากการวิจัยได้แก่ควรมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์ต่อไปในเชิงพาณิชย์เพื่อศึกษาความต้องการของผู้บริโภคในภูมิภาคต่างๆหรือในประเภทต่างๆโดยอาจจะสามารถนำไปพัฒนาโดยใส่บรรจุภัณฑ์ในขณะต่างๆรวมถึงสามารถนำไปเป็นวัตถุดิบให้ผู้ประกอบการร้านอาหารเพื่อขยายตลาดต่อไป

### บรรณานุกรม

- จินภา นราคร และคณะ. (2564). อาหารพื้นบ้านจังหวัดสงขลา. สงขลา: มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา.
- จตุพร ฮกอัน และคณะ. (2564). การพัฒนาผลิตภัณฑ์เครื่องแกงแบบมีส่วนร่วมบนฐานทรัพยากรชุมชนกรณีศึกษากลุ่มสตรีทำเครื่องแกงบ้านหัวเกาะช้างตำบลปากแตระ อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา. วารสารวิชาการวิทยาลัยบริหารศาสตร์, 4(3), 96-110.
- พิมพ์วิษญ์ โภคาสุวิบูลย์. (2562). เมนูอร่อย ประหยัด จากผักปลูกเอง. กรุงเทพมหานคร: แม่บ้าน.
- รสชาติอาหารไทย ตำรับแท้แต่ดั้งเดิม. (2560). แกงเลียง. กรุงเทพมหานคร: แม่บ้าน.
- รุ่งดาว กลิ่นจะโป๊ะ และกิติภรณ์. (2559). สูตรแกงเลียงก้อน เสริมผัก และโยอาหาร. เรียกใช้เมื่อ 8 มกราคม 2567 จาก <https://shorturl.asia/kbln6>
- สำนักพิมพ์แสงแดด. (2559). อาหารไทยยอดนิยม. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แสงแดด.
- สุปราณี หลักคำ. (2549). อาหารการกินของชาวไทยรามัญในจังหวัดนนทบุรี. เรียกใช้เมื่อ 8 มกราคม 2567 จาก <https://shorturl.asia/CBsYO>