

การพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ ของวิสาหกิจชุมชน จังหวัดชัยภูมิ

The Development of Local Wisdom Food Processing for Community Enterprise's Products of Chaiyaphum Province

ประมุข ศรีชัยวงษ์¹ ลักขณา สุกใส¹ นฤมล ภูสิงห์¹

อารีรัตน์ พัฒนชีวะพูล¹ และกาญจนา สุขบัว¹

Pramuk Sichaiwong¹, Luckhana Sooksai¹, Naruemol Phusing¹

Arirat Pattanachiwapool¹ and Kanchana Sukbaw¹

บทคัดย่อ (Abstract)

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นอาหารพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์วิสาหกิจชุมชน เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน 2) เพื่อศึกษาแนวทางการแปรรูปอาหารจากผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหารชุมชน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน และ 3) เพื่อพัฒนาต่อยอด เป็นสินค้าและผลิตภัณฑ์ทางอาหารจากผักพื้นบ้าน ทำการศึกษารายละเอียดในพื้นที่คือ อำเภอเมือง อำเภอบ้านเขว้า อำเภอแก้งคร้อ และอำเภอเกษตรสมบูรณ์ จังหวัดชัยภูมิ โดยมีกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ประชาชนชาวบ้าน และผู้มีประสบการณ์ จำนวน 10 คน และกลุ่มวิสาหกิจชุมชน จำนวน 12 คน ผลการวิจัย ดังนี้ ศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน มีผักพื้นบ้านที่มีศักยภาพตามความเหมาะสม จำนวน 11 ชนิด ได้แก่ ย่านาง ใบหม่อน กระเจี๊ยบ ส้มป่อย สะเดา ผักแขยง ชะอม เตย ผักติ้วส้ม ยอดน้อยหน้า และ ผักอ่อมแซบ การศึกษาแนวทางการต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นจากผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางด้านอาหารชุมชน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชนของกลุ่มวิสาหกิจชุมชนเลือกเฉพาะผักพื้นบ้านที่มีความเหมาะสมมาต่อยอดในการแปรรูป ได้แก่ ย่านาง หม่อน ส้มป่อย เตย และหน่อไม้ ส่วนการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์เน้นการใช้วัสดุอุปกรณ์ในท้องถิ่นในการดำเนินการ โดยทำการแปรรูป 4 ผลิตภัณฑ์ คือ 1) ผักพื้นบ้านผง 2) ผักพื้นบ้านแห้งเสริมรสอาหาร 3) หน่อไม้แห้ง และ 4) ชุดแกงหน่อไม้สำเร็จรูป การศึกษาและพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาผักพื้นบ้าน เป็นสินค้าและผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน ของกลุ่มวิสาหกิจชุมชนบ้านดาดโตน

¹มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ Chaiyaphum Rajabhat University, Thailand;
e-mail : luck_kew@hotmail.com

จากการทดสอบใช้ย่านางผงและหม่อนผง เป็นส่วนประกอบอาหารพื้นบ้าน พบว่าปริมาณ 5 กรัม ต่อหนึ่งหม้อแกงขนาดเล็ก มีความใกล้เคียงกับการใช้ย่านางสด และยอดหม่อนสด มากที่สุด

คำสำคัญ (Keywords) : ภูมิปัญญาท้องถิ่น, อาหารพื้นบ้าน, ผลิตภัณฑ์อาหารพื้นบ้าน, การพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่น

Abstract

The research with the title “Development in Local Intellectual Regarding Typical Food Improvement for Being Products of Community Enterprise” is a qualitative research that has been made with objectives to 1) study potential properties of local vegetations according to the local intellects, that have been applied for being some ingredients in typical foods; 2) study the process and approaches in applying typical foods for being products of Community Enterprise upon the locals’ participation; and 3) further the improvement of typical vegetations that can be applied to be community food products. The research was made in the areas of Mueang District, Ban Khwao District, Kaeng Khro District, and Kaset Somboon District of Chaiyaphum Province. Target groups were local philosophers and community enterprise groups.

These findings from the research have been concluded herewith:-

The potential properties of local vegetations according to the local intellects that can be applied for being ingredients in typical foods contain appropriate properties and 11 types of those vegetations are found as:- Yanang (Tilacola triandra) leaf, mulberry leaf, Krajeab (Roselle), Som Poy (Acacia Concinna), Sadao (Meliaceae), Phak Khayaeng, Cha-om (Acacia Pennata), Toey (pandanus leaf), Phak Tiew Som, Noy Na leaf (sugar apple) and oom sab.

In the study in improvement of local intellects regarding the typical vegetations that can be used as ingredients in typical foods for the community enterprise, some of those appropriate typical vegetations were selected to be applied for the typical foods such as Ya Nang leaf, mulberry leaf, Som Poy, Toey and bamboo shoots. The applicable process of products was made with the selection of materials and tools that could be found locally. Altogether 4 kinds of products were made herewith 1) Ya Nang powder; 2) seasoning powder; 3) dried bamboo shoots and 4) instant bamboo shoots spicy soup.

The study and development of folk wisdom. Community food and products. Ban Tat Ton Community Enterprise Group From the test, Yanang powder and

mulberry powder. It is found that the amount of 5 grams per small dish. Is close to the use of fresh Yanang. And the freshest mulberry.

Keywords : Local Wisdom, Local food, Local food product, Development of Local wisdom

บทนำ (Introduction)

อาหารพื้นบ้านเป็นอีกหนึ่งภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่นำเอาองค์ความรู้ มาบูรณาการ กับทุนทางทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่อย่างหลากหลายในพื้นที่ มาเป็นปัจจัยในการหล่อเลี้ยงชีวิต โดยเฉพาะชาวบ้านที่ต้องพึ่งพิงจากความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและระบบนิเวศในชุมชน เป็นแหล่งดำรงชีพ เกิดการเรียนรู้และถ่ายทอดมายังคนรุ่นหลัง จนเกิดเป็นวัฒนธรรมท้องถิ่นขึ้นที่เป็นอัตลักษณ์ของชุมชนแต่ละแห่งมาอย่างยาวนาน ซึ่งอาหารพื้นบ้านไทยได้แสดงถึงภูมิปัญญาของคนไทย ในแต่ละภูมิภาคที่รู้จักปรับตัว ในการดำรงชีวิต ตามสภาพทางภูมิศาสตร์และวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ผ่านการคิด ค้น นำเอาทรัพยากรที่มีคุณค่า มีสรรพคุณทางด้านอาหารและยามาเป็นอาหารพื้นบ้านได้อย่างเรียบง่าย สอดคล้องกับความเป็นอยู่ในแต่ละภูมิภาค ยิ่งยง ไพสุศานติวัฒนา (2556) รายงานการบริโภคผักพื้นบ้านของคนไทยนั้น เป็นอีกวิถีชีวิตของแต่ละท้องถิ่นที่มีความหลากหลายทางชีวภาพมากเป็น 1 ใน 20 ประเทศทั่วโลก ทั้งนี้จากสภาพทางภูมิศาสตร์ของประเทศที่อยู่ระหว่างรอยต่อของภูมิภาคหลายแบบทั้งเขตร้อนชื้น ภูมิภาคแบบอินเดียน พม่า แบบหิมาลัยและแบบอินโดจีน และ วิชาญ เอียดทอง (2556) รายงานว่า ผัก เป็นพืชอาหารที่มนุษยชาตินำมาบริโภคเพื่อให้ได้สารอาหาร วิตามิน เส้นใย กลีโกลิแร่ ที่มีความจำเป็นสำหรับร่างกาย ตลอดจนใช้เป็นสมุนไพรในการรักษาโรค ซึ่งในปัจจุบันแหล่งกำเนิดของผักที่เรานำมาบริโภคสามารถแบ่งเป็น 2 แหล่ง คือผักพื้นบ้านที่มีแหล่งกำเนิดในประเทศ กับผักที่มีแหล่งกำเนิดจากต่างประเทศที่ได้รับการพัฒนาปรับปรุงจนเป็นพืชเศรษฐกิจ จากการศึกษาของ Alzoreky and Nakahara (2002) พบว่าผักพื้นบ้านของไทยที่นำมาเป็นอาหารทั้งในรูปผักสดและส่วนประกอบในอาหารต่าง ๆ นั้น จะเป็นแหล่งโภชนาการที่สำคัญ ที่อุดมไปด้วย คาร์โบไฮเดรต โปรตีน กลีโกลิแร่ วิตามิน และเป็นแหล่งใยอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย นอกจากนี้ยังพบว่าผักพื้นบ้านบางชนิดมีฤทธิ์ทางยา สามารถยับยั้งการเจริญเติบโตเชื้อแบคทีเรียได้ดีอีกด้วย เช่นเดียวกับ Mahidol et al. (2002) พบว่าตัวยาที่สกัดจากพืชสมุนไพร บางชนิดมีฤทธิ์ในการต่อต้านสารอนุมูลอิสระ ต่อต้านการเจริญเติบโตของแบคทีเรีย ต่อต้านการอักเสบ และมีฤทธิ์ในการต่อต้านมะเร็ง ซึ่งจะเห็นได้ว่าพืชพื้นบ้านของไทยนอกจากจะนำมาเป็นอาหารในการดำรงชีวิตแล้ว ยังสามารถนำมาใช้เป็นยาในการรักษาโรคได้ด้วยหรืออาจกล่าวได้ว่าผักพื้นบ้านของไทย มีคุณประโยชน์ทั้งทางด้านอาหารและยา ที่มีความหลากหลายในแต่ละภูมิภาคของประเทศ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เป็นดินแดนที่ราบสูง มีกลุ่มชาติพันธุ์ ประวัติศาสตร์ ศิลปะและวัฒนธรรม ที่หลากหลายและสืบต่อกันมาอย่างยาวนาน การเลือกตั้งถิ่นฐานที่อยู่อาศัยในอดีตขึ้นอยู่กับความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติเป็นสำคัญโดยเฉพาะแหล่งน้ำและป่าไม้ เป็นแหล่งอาหารในการหล่อเลี้ยงชีวิต จนมีวัฒนธรรมทางอาหารที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะถิ่น โดยทั่วไปอาหารพื้นบ้านจะมีน้ำพริก และมีผักพื้นบ้านเป็นเครื่องเคียงในแทบทุกมื้อ

อาหาร มรดกทางภูมิปัญญาอาหารพื้นบ้านอีสานได้ถูกถ่ายทอดผ่านกรรมวิธีที่เรียบง่ายกลมกลืนกับสภาพพื้นที่ สามารถเก็บหาจากแหล่งอาหารตามธรรมชาติ และเพาะปลูกในครัวเรือนเป็นพืชผักสวนครัว นำมารังสรรค์ปรุงแต่งเป็นอาหารพื้นบ้านได้หลากหลาย จากการศึกษาของประเสริฐ ศรีไพโรจน์ และคณะ (2541) พบว่ามีพืชพรรณอาหารจากธรรมชาติที่ประชาชนในภาคตะวันออกเฉียงเหนือได้นำมาเป็นอาหาร มีจำนวน 162 ชนิด ส่วนการศึกษาความหลากหลายทางชีวภาพผักพื้นบ้านในเขตต้นน้ำชี จังหวัดชัยภูมิ ของ Pramuk Srichaiwong et al. (2014) พบว่าความหลากหลายทางชีวภาพของพืชพรรณอาหารในเขตพื้นที่ต้นน้ำชี สามารถจำแนกได้ 109 ชนิด แยกเป็นประเภทไม้ยืนต้น 25 ชนิด ไม้พุ่ม 14 ชนิด ไม้เลื้อย 21 ชนิด พืชน้ำ 22 ชนิด เห็ด 21 ชนิด และหน่อไม้อีก 6 ชนิด โดยส่วนใหญ่จะนำเอาส่วนของยอด และใบอ่อนของพืชมาประกอบเป็นอาหารพื้นบ้านในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ลวก นึ่ง ต้ม แกง อ่อม หมัก ตอง และบริโภคเป็นผักสด

จากความหลากหลายทางชีวภาพของพืชพรรณไม้อาหาร และความหลากหลายของภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่ยังคงความเป็นเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้าน ที่ทรงคุณค่าต่อการอนุรักษ์สืบทอดให้คงอยู่ต่อไปอย่างยั่งยืน ภายใต้กระแสของการเปลี่ยนแปลงของสังคมยุคใหม่นั้น จำเป็นต้องบูรณาการองค์ความรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับนวัตกรรม เทคโนโลยี ให้สอดคล้องกับสถานการณ์และวิถีชีวิตของคนในยุคปัจจุบัน จากการศึกษาศักยภาพชุมชนทางด้านอาหารและยาในชุมชนจังหวัดชัยภูมิ ของ Pramuk S. and Luckhana K. (2016) พบว่าแหล่งอาหารธรรมชาติมาจากป่าไม้ ภูเขาและบริเวณลำน้ำ ส่วนใหญ่จะเป็นพืชพรรณอาหารตามฤดูกาล เช่น ผักสาบ ผักต้วเห็ดต่างๆ นอกจากนี้ยังพบว่ามีพืชอาหารที่มีสรรพคุณทั้งทางด้านอาหารและยาบางชนิด ที่ชาวบ้านนิยมนำมาประกอบอาหาร จากรายงานของ วิชาญ เอียดทอง (2556) ถึงพืชพรรณอาหารที่เป็นผักพื้นบ้านนั้น มีทั้งพืชพื้นเมือง (native species) และนำเข้ามาปลูกจากแหล่งอื่น หรือพืชต่างถิ่น (introduced species) ที่นำมาปรุงเป็นอาหารพื้นเมืองตามกรรมวิธีเฉพาะท้องถิ่น สามารถนำส่วนต่าง ๆ ของพืชมาบริโภคได้แทบทุกส่วนไม่ว่า ใบอ่อน ยอดอ่อน ราก ผลอ่อน ผลแก่ ดอก ลำต้นอ่อน หน่อ ไหล เหง้า และครอบคลุมทุกวิสัยพืช ทั้งไม้ต้น ไม้พุ่ม พืชล้มลุก ไม้เถา หญ้า เฟิร์น เห็ด ตลอดจนสาหร่าย เป็นอาหารทั้งบริโภคสดหรือสุกตามความต้องการ เป็นแหล่งสารอาหารที่จำเป็นสำหรับมนุษย์ ซึ่งพืชพรรณอาหารส่วนใหญ่สามารถเก็บหาได้จากธรรมชาติ การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จึงเป็นการศึกษาต่อยอดจากองค์ความรู้ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่คณะผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าและการสังเกตพฤติกรรมการใช้ประโยชน์ พบว่าในพื้นที่จังหวัดชัยภูมิ มีความหลากหลายของพืชพรรณหลายชนิดที่มีศักยภาพสามารถที่จะพัฒนาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารได้ เป็นต้นว่าผักสะทอน ได้มีกระบวนการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นน้ำหมักผักสะทอน สำหรับเป็นเครื่องปรุงรสอาหารใช้แทนน้ำปลา หรือน้ำปลาร้าได้ นอกจากนี้ยังพบว่ามีพืชพรรณอีกหลายชนิดที่ชาวบ้านนำมาปรุงรสอาหาร ให้มีรสชาติดี เช่น ส้มป่อย ชะอม หม่อน มะรุม ย่านาง และผักพื้นบ้านอื่น ๆ ที่มีศักยภาพเพียงพอ แต่ยังไม่มีการศึกษาค้นคว้าในเรื่ององค์ประกอบ คุณประโยชน์และการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร ที่ตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้หลากหลายรูปแบบสอดคล้องกับวิถีชีวิตในสภาพปัจจุบันที่เน้นความสะดวก รวดเร็ว และปลอดภัย โครงการวิจัยนี้ ได้นำกระบวนการมี

ส่วนร่วมของประชาชน เข้ามาร่วมพัฒนา จากภูมิปัญญาดั้งเดิม นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร วิสาหกิจชุมชน ตลอดจนพัฒนาต่อยอดไปยังสินค้าและผลิตภัณฑ์ชุมชน (OTOP) และกระจายไปยัง ตลาดในระดับที่สูงขึ้นในเชิงพาณิชย์และสาธารณะ เสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับประชาชน บนฐาน ภูมิปัญญาท้องถิ่น

วัตถุประสงค์การวิจัย (Research Objectives)

1. เพื่อศึกษาศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็น ผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน
2. เพื่อศึกษาแนวทางการแปรรูปอาหารจากผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหารชุมชน โดย กระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน
3. เพื่อพัฒนาต่อยอด เป็นสินค้าและผลิตภัณฑ์ทางอาหารจากผักพื้นบ้าน

วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

- ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการวิจัย ดังนี้
1. ขอบเขตพื้นที่ในการศึกษาวิจัย การศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ ที่เคยทำการศึกษา วิจัยมาแล้ว ในด้านความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้าน และเป็นพื้นที่การวิจัยเกี่ยวกับการ จัดการความรู้ทางด้านอาหารและยาของผักพื้นบ้าน ในพื้นที่ของจังหวัดชัยภูมิ ทำการศึกษาวิจัยต่อ ยอดภูมิปัญญาเพื่อพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหาร ซึ่งในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่ในจังหวัดชัยภูมิ ที่ มีองค์ประกอบครบตามวัตถุประสงค์ คือ มีกลุ่มวิสาหกิจชุมชนในพื้นที่วิจัย และเป็นพื้นที่ที่ชาวบ้าน ได้นำเอาผักพื้นบ้านมาแปรรูปเป็นอาหารตามภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการดำรงชีวิตอยู่แล้ว ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอบ้านขัว อำเภอแก้งคร้อ และอำเภอเกษตรสมบูรณ์
 2. ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่างประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้ ประกอบไปด้วยผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ได้แก่ ประชาชนชาวบ้าน หมอยาพื้นบ้าน และผู้ มีประสบการณ์ในการนำผักพื้นบ้านไปประกอบอาหารเพื่อเสริมรสชาติอาหารพื้นบ้านให้มีรสชาติดี ยิ่งขึ้น ในพื้นที่วิจัย และกลุ่มผู้มีส่วนได้เสีย (Stakeholder) ได้แก่ กลุ่มวิสาหกิจชุมชน บ้านตาตโดน ตำบลนาเสียว อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ เพื่อสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) และ ประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) ในการแปรรูปผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหาร
 3. ขอบเขตด้านเนื้อหา ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดเนื้อหาในการวิจัยในด้าน ภูมิปัญญาท้องถิ่น องค์ความรู้ในด้านการปรุงอาหารพื้นบ้าน โดยมีส่วนผสมของผักพื้นบ้านที่มี ศักยภาพ ที่เหมาะสมโดยพิจารณาในด้านปริมาณ ความแพร่หลายในการใช้ประโยชน์ในชุมชน และ มิติด้านความสอดคล้องกับวิถีชีวิตชาวบ้านเป็นเกณฑ์ในการพิจารณาศักยภาพและความเหมาะสม เนื้อหาเกี่ยวกับแนวคิดในการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร แนวคิดวิสาหกิจชุมชน ตลอดจนการ วิเคราะห์หาองค์ประกอบเคมีที่สำคัญของพืชผักที่มีความเหมาะสมในพื้นที่ดำเนินการวิจัย (Research Methods) การศึกษาวิจัย ได้แบ่งการศึกษาวิจัยออกเป็น 3 ระยะ ดังต่อไปนี้ คือ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาวิจัยนี้ ได้กำหนดพื้นที่ที่เคยทำการศึกษาวิจัยมาแล้ว ในด้านความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้าน และเป็นพื้นที่การวิจัยเกี่ยวกับการจัดการความรู้ทางด้านอาหารและยาของผักพื้นบ้าน ในพื้นที่ของจังหวัดชัยภูมิ ทำการศึกษาวิจัยต่อยอดภูมิปัญญาเพื่อพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหาร ซึ่งในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่ในจังหวัดชัยภูมิ ที่มีองค์ประกอบครบตามวัตถุประสงค์ คือ มีกลุ่มวิสาหกิจชุมชนในพื้นที่วิจัย และเป็นพื้นที่ที่ชาวบ้านได้นำเอาผักพื้นบ้านมาแปรรูปเป็นอาหารตามภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการดำรงชีวิตอยู่แล้ว ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอบ้านขัว อำเภอแก้งคร้อ และอำเภอเกษตรสมบูรณ์

ระยะที่ 1 ศึกษาองค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่น จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ได้แก่ ประชาชนชาวบ้าน จำนวน 5 คน และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการนำผักพื้นบ้านมาใช้เพื่อเสริมรสชาติอาหารตามสูตรอาหารพื้นบ้าน ให้มีความกลมกล่อม จำนวน 5 คน

ระยะที่ 2 ศึกษาแนวทางการพัฒนาต่อยอดผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหาร เป็นการนำผลการศึกษาในระยะที่ 1 มาเป็นประเด็นในการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) กับกลุ่มวิสาหกิจชุมชน จำนวน 12 คน และประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) กับสมาชิกกลุ่มวิสาหกิจชุมชนบ้านตาตอดัน ตำบลนาเสียว อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ จำนวน 20 คน เพื่อให้ได้แนวทางในการพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาชาวบ้านในการแปรรูปผักพื้นบ้านที่มีศักยภาพ จากกระบวนการเรียนรู้วิธีการ ขั้นตอน ตลอดจนการทดลองใช้ผลิตภัณฑ์ชาวบ้าน

ระยะที่ 3 การแปรรูปผลิตภัณฑ์ผักเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน เป็นการดำเนินการต่อเนื่องมาจากระยะที่ 2 ที่กำหนดแนวทางในการพัฒนาต่อยอดไว้แล้ว ซึ่งในระยะนี้ผู้วิจัย ได้ทำการศึกษาเพิ่มเติมโดยการวิเคราะห์หาค่าองค์ประกอบทางเคมี และสารออกฤทธิ์ที่สำคัญ ในผักพื้นบ้านที่มีความเหมาะสมตามแนวทางการพัฒนาต่อยอด เพื่อให้ได้ผลิตภัณฑ์ที่มีประโยชน์

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล การศึกษาวิจัยนี้ ได้กำหนดพื้นที่ที่เคยทำการศึกษาวิจัยมาแล้ว ในด้านความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้าน และเป็นพื้นที่การวิจัยเกี่ยวกับการจัดการความรู้ทางด้านอาหารและยาของผักพื้นบ้าน ในพื้นที่ของจังหวัดชัยภูมิ ทำการศึกษาวิจัยต่อยอดภูมิปัญญาเพื่อพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหาร ซึ่งในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกพื้นที่ในจังหวัดชัยภูมิ ที่มีองค์ประกอบครบตามวัตถุประสงค์ คือ มีกลุ่มวิสาหกิจชุมชนในพื้นที่วิจัย และเป็นพื้นที่ที่ชาวบ้านได้นำเอาผักพื้นบ้านมาแปรรูปเป็นอาหารตามภูมิปัญญาท้องถิ่น ในการดำรงชีวิตอยู่แล้ว ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอบ้านขัว อำเภอแก้งคร้อ และอำเภอเกษตรสมบูรณ์

การดำเนินการในขั้นตอนนี้ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In - depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants) เกี่ยวกับศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน ได้แก่ ประชาชนชาวบ้าน และหมอยาพื้นบ้าน และการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) กับกลุ่มผู้มีส่วนเกี่ยวข้องการใช้ประโยชน์และแปรรูปอาหารจากผักพื้นบ้าน ประเด็นการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) และการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) กับผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้แก่ กลุ่มวิสาหกิจชุมชนบ้านตาตอดัน ตำบลนาเสียว อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ เพื่อให้ได้แนวทางในการพัฒนาต่อยอดภูมิปัญญาชาวบ้าน

ในการนำผักพื้นบ้านที่มีศักยภาพ โดยมีกระบวนการเรียนรู้ วิธีการ ขั้นตอน ตลอดจนการทดลองใช้ผลิตภัณฑ์ชาวบ้าน การทดสอบความพึงพอใจรสชาติอาหารจากการใช้ผลิตภัณฑ์ชุมชน มาเป็นส่วนประกอบในอาหารชุมชน การดำเนินการในขั้นตอนนี้ เป็นการใช้ตัวแทนผู้บริโภค มาทำการทดสอบสออบรสชาติอาหาร เปรียบเทียบในแต่ละหม้อแกง กับวัตถุดิบผักพื้นบ้านเดิม โดยมีสัดส่วนของผักพื้นบ้านที่ผ่านการแปรรูปที่แตกต่างกัน ทำการจดบันทึกข้อมูลความชอบตามแบบสำรวจ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น การวิเคราะห์หาค่าประกอบทางเคมี ในผลิตภัณฑ์ผักพื้นบ้านที่ได้รับการคัดเลือกว่ามีความเหมาะสม สอดคล้องกับวิถีชีวิตท้องถิ่น โดยส่งตัวอย่างไปวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการ

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากประเด็นการสัมภาษณ์ ข้อคิดเห็นจากการสนทนากลุ่มย่อยและการจัดประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ มาเรียบเรียง จัดหมวดหมู่ และทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) สรุปเนื้อหาเชิงบรรยาย (Descriptive) ตามกรอบแนวคิด

ผลการวิจัย (Research Results)

ผลการศึกษาวิจัย สามารถจำแนกตามวัตถุประสงค์ ได้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน

2. เพื่อศึกษาแนวทางการแปรรูปอาหารจากผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหารชุมชน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน

3. เพื่อพัฒนาต่อยอด เป็นสินค้าและผลิตภัณฑ์ทางอาหารจากผักพื้นบ้าน

3.1 การศึกษาศักยภาพของผักพื้นบ้านที่มีศักยภาพในการนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกปราชญ์ชาวบ้าน กลุ่มแม่บ้าน และการสนทนากลุ่มย่อยกับผู้ที่มีประสบการณ์ในการแปรรูปผลิตภัณฑ์ผักตามภูมิปัญญาชาวบ้าน พบว่ามีผักพื้นบ้านจำนวน 11 ชนิด ได้แก่ 1) ย่านาง 2) ใบหม่อน 3) กระจี้บ 4) ส้มป่อย 5) สะเดา 6) ผักแขยง 7) ชะอม 8) เตย 9) ผักติ้วส้ม 10) ยอดน้อยหน่า และ 11) ผักอ่อมแซบ ที่มีศักยภาพเพียงพอตามความคิดเห็นของปราชญ์ชาวบ้าน และตัวแทนกลุ่มแม่บ้าน จำนวน 20 คน ตามรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ชนิดผักพื้นบ้านที่ช่วยเสริมรสชาติอาหารในชุมชน ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น จังหวัดชัยภูมิ

ลำดับ ที่	ชื่อ พื้นบ้าน	กรรมวิธีในการใช้ใน อาหาร	มีจำนวน เพียงพอ	หาได้ง่าย ในชุมชน	มีการใช้ประโยชน์ อย่างต่อเนื่อง	จำนวนประชากร ชาวบ้าน/กลุ่ม แม่บ้าน
1	ย่านาง	นำใบย่านางสดมาคั้นให้ ได้น้ำย่านาง เพื่อนำไป เป็นส่วนผสมของน้ำแกง เช่น แกงหน่อไม้ แกง เห็ด แกงเลียง แกง ขี้เหล็ก แกงยอดหวาย	✓	✓	✓	20
2	หม่อน	ยอดอ่อนมาใส่ในหม้อ ต้ม แกง เช่น ต้มไก่ แกง ไก่ ทำให้น้ำซุปรสชาติ ดี กลมกล่อม ช่วยให้ เจริญอาหาร	✓	✓	✓	20
3	กระเจี๊ยบ	ยอดอ่อนมาใส่ในหม้อ ต้ม แกง เช่น ต้มไก่ แกง ไก่ ทำให้น้ำซุปรสชาติ กลมกล่อม มีรสชาติออก เปรี้ยว	✓	✓	✓	20
4	ส้มป่อย	ยอดอ่อนนำมาใส่ในต้ม ปลา ต้มกบ เพื่อตัดคาว มีรสเปรี้ยว	✓	✓	✓	20
5	สะเดา	ยอดอ่อน ใส่ในแกงคั่ว ประเภทเนื้อสัตว์ ให้มี รสชาติขม	✓	✓	✓	20
6	แขยง	ยอดอ่อน ใบอ่อน เพื่อ เพิ่มกลิ่นในรสอาหาร เช่น แกงหน่อไม้	✓	✓	✓	20
7	ชะอม	ยอดอ่อน ใบอ่อน เพื่อ เพิ่มกลิ่นในรสอาหาร เช่น แกงหน่อไม้	✓	✓	✓	20
8	เตย	ยอดอ่อน ใบอ่อน ใส่ใน หม้อต้ม หรือแกง เพื่อ เสริมกลิ่นอาหาร	✓	✓	✓	20
9	ตั่ว	ยอดอ่อน ดอก เพื่อให้ อาหารมีรสเปรี้ยว และ ใช้ในการตัดอาหารคาว เช่น ต้มปลา	✓	✓	✓	20
10	บักเฌียบ (น้อยน่า)	ยอดอ่อน ใส่ในหม้อต้ม แกง หรือแกงอ่อม อาหารประเภทคาว ทำ ให้รสชาติดี เพิ่มรสชาติ น้ำซุปร	✓	✓	✓	20

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ ที่	ชื่อ พื้นบ้าน	กรรมวิธีในการใช้ใน อาหาร	มีจำนวน เพียงพอ	หาได้ง่าย ในชุมชน	มีการใช้ประโยชน์ อย่างต่อเนื่อง	จำนวนประชากร ชาวบ้าน/กลุ่ม แม่บ้าน
11	อ่อมแซบ	ยอดอ่อน ใส่ในแกงอ่อม จะทำให้เพิ่มรสชาติ อาหารให้กลมกล่อม	✓	✓	✓	20
12	ออบแอบ	ยอดแกงใส่เห็ด ออก เปรี้ยว	✓		✓	20
13	ส้มโอมง	ยอดอ่อน ใส่แกงเห็ด ต้ม ปลา			✓	20
14	ด้ว	ยอดอ่อน ดอก นำมาใส่ ในต้มยำให้รสเปรี้ยว	✓	✓		20
15	คะ น้ า เม็กซิกัน	ยอดอ่อน ใส่ต้มยำเพิ่ม รสชาติ	✓	✓		20

ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ (2560 : 62)

2) แนวทางการแปรรูปอาหารจากผักพื้นบ้านเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหารชุมชน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชน ซึ่งใช้กระบวนการสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group Discussion) ในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และความคิดเห็น ตามแนวทางดังนี้ คือ 1) เป็นพืชพรรณอาหารที่อยู่ในพื้นที่ 2) มีจำนวนเพียงพอในพื้นที่ 3) เป็นที่นิยมนำมาใช้ประกอบอาหารพื้นบ้าน 4) สามารถนำมาปลูกและขยายพันธุ์ในพื้นที่ได้ และ 5) มีความสอดคล้องกับวิถีชีวิตชาวบ้าน

ส่วนการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์เน้นการใช้วัสดุ อุปกรณ์ในท้องถิ่นในการดำเนินการ โดยได้แนวทางในการแปรรูป ดังนี้คือ 1) ผักพื้นบ้านผง 2) ผักพื้นบ้านแห้งเสริมรสอาหาร 3) หน่อไม้แห้ง และ 4) ชุดแกงหน่อไม้กิ่งสำเร็จรูป เพราะจะสอดคล้องกับวิถีชีวิตชาวบ้านมากกว่าวิธีการอื่น และขีดความสามารถของกลุ่มวิสาหกิจชุมชน โดยกลุ่มวิสาหกิจชุมชน ได้เลือกผักพื้นบ้าน 2 ชนิด คือ ย่านางผง และหม่อนผง มาทำการทดสอบรสชาติอาหารพื้นบ้าน ในการพัฒนาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์อาหาร



ภาพที่ 1 แลกเปลี่ยนความคิดเห็น

ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ (2560 : 72)

3) การพัฒนาต่อยอด เป็นสินค้าและผลิตภัณฑ์ทางอาหารจากผักพื้นบ้าน ในการศึกษาวิจัยในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) ของกลุ่มวิสาหกิจชุมชนบ้านตาดโตน เพื่อให้ได้วิธีการ และผลิตภัณฑ์อาหารพื้นบ้าน ที่ไม่ยุ่งยาก ซับซ้อน สามารถดำเนินการได้ โดยกลุ่มวิสาหกิจชุมชนเอง จากการเรียนรู้วิธีการ และการทดลองใช้ประโยชน์จากผลิตภัณฑ์ โดยมีผลิตภัณฑ์ที่สามารถดำเนินการได้ คือ ย่านางผง และหม่อนผง โดยนำมาเป็นส่วนผสมเติมรสชาติให้กับอาหาร ซึ่งได้นำเอาผลิตภัณฑ์มาทดสอบความพึงพอใจ โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ที่มีประสบการณ์ในการใช้ ย่านางสด แกงกับหน่อไม้ และยอดหม่อนสด มาปรุงรสต้มไก่บ้าน มาแล้ว เพื่อมาทดสอบความชอบของรสชาติอาหารจากการใช้ ย่านางผง และหม่อนผง จำนวน 30 คน ตามรายละเอียดในตารางที่ 2 และ 3

ตารางที่ 2 การทดสอบความชอบของผู้บริโภคต่อรสชาติของ แกงหน่อไม้-ย่านางผง ที่ใช้ผลิตภัณฑ์ ย่านางผงเป็นส่วนประกอบ

หมายเลขหม้อแกง	ส่วนประกอบ	ความชอบของผู้บริโภค	
		ความถี่ (คน)	ร้อยละ (%)
1	หน่อไม้+ ย่านางผง 1 ซ้อนแกง (5 กรัม)	15	50.00
2	หน่อไม้+ ย่านางผง 2 ซ้อนแกง (10 กรัม)	10	33.33
3	หน่อไม้+ ย่านางผง 3 ซ้อนแกง (15 กรัม)	5	16.67
	รวม	30	100

ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ. (2560 : 62)

จากตารางที่ 2 ผลการทดสอบความชอบของกลุ่มตัวอย่าง จากรสชาติแกงหน่อไม้โดยการใช้ย่านางผง ที่แตกต่างกัน พบว่า ความชอบของผู้บริโภคสูงที่สุด (ร้อยละ 50) ใช้ย่านางผงขนาด 5 กรัม รองลงมาขนาด 10 กรัม (ร้อยละ 33.33) และขนาด 15 กรัม (ร้อยละ 16.67) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 การทดสอบความชอบของผู้บริโภคต่อรสชาติของ ต้มยำไก่บ้าน-ที่ใช้ผลิตภัณฑ์ หม่อนผงเป็นส่วนประกอบ

หมายเลขหม้อแกง	ส่วนประกอบ	ความคิดเห็นของผู้บริโภค	
		ความถี่ (คน)	ร้อยละ (%)
1	ต้มยำไก่บ้าน+หม่อนผง 1 ซ้อนแกง (5 กรัม)	17	56.67
2	ต้มยำไก่บ้าน+หม่อนผง 2 ซ้อนแกง (10 กรัม)	9	30.00
3	ต้มยำไก่บ้าน+หม่อนผง 3 ซ้อนแกง (15 กรัม)	4	13.33
	รวม	30	100

ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ (2560 : 67)

จากตารางที่ 3 ผลการทดสอบความชอบของกลุ่มตัวอย่าง จากระชาชาติต้มไก่บ้านโดยการ
ใช้หมอนผง ที่แตกต่างกัน พบว่า ความชอบของผู้บริโภคสูงสุด (ร้อยละ 56.67) ใช้หมอนผงขนาด
5 กรัม รองลงมาขนาด 10 กรัม (ร้อยละ 30.00) และขนาด 15 กรัม (ร้อยละ 13.33) ตามลำดับ



ภาพที่ 2 การทดสอบรสชาติแกงหน่อไม้จากย่านางผง
ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ (2560 : 74)

สรุปผลจากการศึกษาความพึงพอใจต่อรสชาติอาหาร จากการใช้ผลิตภัณฑ์ย่านางผง และ
หมอนผงเป็นส่วนประกอบในอาหารพื้นบ้าน พบว่าปริมาณผลิตภัณฑ์ ขนาด 1 ซ้อนแกง หรือ
ประมาณ 5 กรัม เพราะมีความใกล้เคียงกับการใช้ย่านางสด และยอดหมอนสดมากที่สุด

4) การทดสอบทางห้องปฏิบัติการ หลังจากมีการทดสอบจากกลุ่มตัวอย่างในการทดลอง
ชิมรสชาติอาหารจากการใช้ย่านางผง และหมอนผงแล้ว ผู้วิจัยได้นำตัวอย่างผลิตภัณฑ์ ไปวิเคราะห์
หาองค์ประกอบทางเคมีทางห้องปฏิบัติการ โดยวิธีการวิเคราะห์แบบประมาณ (Proximate
Analysis) ตามรายละเอียดในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบทางเคมีผักพื้นบ้านของกลุ่มวิสาหกิจชุมชนบ้านตาดโดน
จังหวัดชัยภูมิ

ประเภทผัก พื้นบ้าน	สิ่งแห้ง (%)	อินทรีย์วัตถุ (%)	เถ้ารวม (%)	โปรตีนหยาบ (%)	เยื่อใยหยาบ (%)
ย่านาง	91.82	92.13	7.87	10.55	21.34
หมอน	90.19	86.93	13.07	16.57	11.09

ที่มา : ประมุข ศรีชัยวงษ์ และคณะ (2560 : 71)

จากตารางที่ 4 พบว่าผักพื้นบ้านที่ทำการวิเคราะห์หาองค์ประกอบทางเคมี โดยวิธีการ
วิเคราะห์แบบประมาณ (Proximate Analysis) พบว่าย่านาง มีสิ่งแห้ง (Dry Matter: DM) ร้อยละ

91.82 อินทรีย์วัตถุ (Organic Matter: OM) ร้อยละ 92.13 เถ้ารวม (ASH) ร้อยละ 7.87 โปรตีนหยาบ (Crude Protein: CP) ร้อยละ 10.55 และเยื่อใยหยาบ (Crude Fiber: CF) ร้อยละ 21.34 หม่อน มีสิ่งแห้ง (Dry Matter: DM) ร้อยละ 90.19 อินทรีย์วัตถุ (Organic Matter: OM) ร้อยละ 86.93 เถ้ารวม (ASH) ร้อยละ 13.07 โปรตีนหยาบ (Crude Protein: CP) ร้อยละ 16.57 และเยื่อใยหยาบ (Crude Fiber: CF) ร้อยละ 11.09

จากผลการวิเคราะห์องค์ประกอบทางเคมี แสดงให้เห็นว่า ย่านางและหม่อน มีองค์ประกอบของสิ่งแห้งและอินทรีย์วัตถุใกล้เคียงกัน และพบว่าใบหม่อนมีองค์ประกอบของโปรตีนหยาบมากกว่าย่านาง ซึ่งแสดงว่าใบหม่อนมีคุณค่าทางโภชนาการที่ดี ส่วนย่านางก็พบว่ามีเยื่อใยถึงร้อยละ 21.34 ที่จะช่วยให้ระบบขับถ่ายมีประสิทธิภาพมากขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย (Research Discussion)

ผลการศึกษาศักยภาพของผักพื้นบ้านบนฐานภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่สามารถนำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารชุมชน ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการพิจารณาพืชพรรณที่มีศักยภาพในชุมชนในด้านปริมาณที่เพียงพอในทุกฤดูกาล ความแพร่หลายในการนำมาใช้ประโยชน์ทางด้านอาหารและยาตามภูมิปัญญา และความสอดคล้องกับวิถีชีวิตชาวบ้าน โดยพบว่าพืชผักพื้นบ้าน จำนวน 11 ชนิด ได้แก่ 1) ย่านาง 2) ใบหม่อน 3) กระเจี๊ยบ 4) ส้มป่อย 5) สะเดา 6) ผักแขยง 7) ชะอม 8) เตย 9) ผักติ้วส้ม 10) ยอดน้อยหน่า และ 11) อ่อมแซบ ซึ่งจะเห็นว่าเป็นผักพื้นบ้านที่มีอยู่ทั่วไปตามสภาพของธรรมชาติ และการปลูกไว้ใช้สอยในครัวเรือน เพื่อใช้ประกอบอาหาร ใช้เป็นสมุนไพรและประโยชน์อื่น ๆ ซึ่งจะสอดคล้องกับรายงานของเกรียงไกร เพาะเจริญ (2546) ที่ได้แบ่งคุณค่าของความหลากหลายทางชีวภาพของพืชได้ 3 ด้าน คือ คุณค่าเพื่อการบริโภค คุณค่าเพื่อการผลิตและคุณค่าเพื่อการใช้สอย ซึ่งจำแนกออกเป็น 7 กลุ่มตามลักษณะการใช้ประโยชน์ที่ ส่วนใหญ่แล้วพืชที่เป็นอาหาร กินได้ลิ้นแต่มีสรรพคุณทางยาทั้งสิ้น ซึ่งมีความผูกพันและสัมพันธ์กับวิถีชีวิตชาวบ้านมาตั้งแต่อดีต ส่วนการศึกษาของ วิไลลักษณ์ ชูมนาเสียว (2547) กรณีศึกษา บ้านนาแก ตำบลนาหนองทุ่ม อำเภอกงศรี อำเภอดงขี้เหล็ก จังหวัดชัยภูมิ พบว่า วิถีชีวิตชาวบ้านมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับผักพื้นบ้านทางด้านอาหาร ด้านยารักษาโรค ด้านความเชื่อ พิธีกรรม โดยการบริโภคผัก และใช้ประโยชน์จากผักพื้นบ้านจะสัมพันธ์กับฤดูกาล ซึ่งมีความหลากหลายแตกต่างกันไปตามฤดูกาล และสอดคล้องกับบัญชา แก้วส่อง (2541) พบว่าการใช้ประโยชน์จากป่าของประชาชน จะเป็นความผูกพันกับทรัพยากรธรรมชาติ ในลักษณะสัมพันธ์แบบพึ่งพิงแหล่งอาหาร แหล่งยาสมุนไพร เป็นแหล่งไม้ใช้สอยและแหล่งของพิธีกรรมตามความเชื่อ และในการศึกษารุ่นนี้ส่วนที่นำมาใช้ประโยชน์ทางด้านอาหารจะเป็นในส่วนของยอดและใบอ่อน เพื่อนำมารับประทานเป็นผักและเพิ่มรสชาติทางอาหารซึ่งจะสอดคล้องกับรายงานการศึกษาของ ประมุข ศรีชัยวงษ์ และสุรินทร์ ภูสิงห์ (2555) ที่ได้ทำการศึกษาความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้านในเขตต้นน้ำชีและลำน้ำสาขา จังหวัดชัยภูมิ พบว่าส่วนของผักพื้นบ้านที่ชาวบ้านนำมาเป็นอาหารตามภูมิปัญญา จะเป็นในส่วนของยอดอ่อน ใบอ่อน ดอก และผลการทดสอบความพึงพอใจจากการใช้ผลิตภัณฑ์ผักพื้นบ้านประกอบ

อาหาร พบว่าย่านางผง สามารถใช้เป็นส่วนประกอบในอาหารประเภทแกงหน่อไม้ แกงซี่เหล็ก แกงเห็ด แกงยอดหวาย แกงบอนจืด ได้ดี ทั้งนี้เพราะประเภทวัตถุดิบ ดังกล่าวมีทั้งรสเผ็ดร้อน รสขม เผื่อน และรสจืด เมื่อใช้ย่านางผง ทดแทนให้เกิดความเข้มข้น และกลมกล่อมในรสชาติอาหารได้ดี จากการทดสอบรสชาติของอาหารที่ใช้ย่านางผงเป็นส่วนผสมในแกงหน่อไม้ พบว่าผู้ทดสอบมีความชอบสูตรการใช้ย่านางผง 3 ซ้อนแกงต่อหม้อแกง ทำให้ได้สูตรที่เหมาะสมเพื่อการผลิต ส่วนผสมแกงหน่อไม้ก็สำเร็จรูปของกลุ่มวิสาหกิจชุมชน ส่วนรายงานการศึกษาของชุดิภา สุวรรณกนิษฐ และคณะ (2550) ได้ทำการศึกษาสัดส่วนที่เหมาะสมของหน่อไม้และย่านาง พบว่าสัดส่วนของเนื้อหน่อไม้รวก ร้อยละ 70 ต่อน้ำต้มใบย่านางร้อยละ 30 เป็นปริมาณที่เหมาะสมสำหรับการทดสอบความพึงพอใจของผู้บริโภค จากการใช้ผลิตภัณฑ์จากการแปรรูปใบหม่อนผงของกลุ่มวิสาหกิจชุมชน พบว่าสัดส่วนการนำไปประกอบอาหารที่เหมาะสม คือสัดส่วน 1 ซ้อนแกง หรือประมาณ 5 กรัม มีความเหมาะสม เพราะมีรสชาติ และสีของน้ำซूपใกล้เคียงกับยอดหม่อนสด ผู้บริโภคมีความพึงพอใจในระดับมาก ร้อยละ 56.67 ทั้งนี้หากใช้สัดส่วนมากกว่านี้จะทำให้น้ำซूपของต้มยำ ออกเป็นสีเขียว การวิเคราะห์ทางองค์ประกอบทางเคมี และสารออกฤทธิ์สำคัญในผักพื้นบ้าน ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ได้ส่งตัวอย่างไปวิเคราะห์ทางห้องปฏิบัติการ ในพืชผักที่นำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ทางอาหารพื้นบ้าน ได้แก่ ย่านาง ใบหม่อน พบว่า มีองค์ประกอบใกล้เคียงกัน โดยใบหม่อน มีโปรตีนหยาบมากที่สุด ส่วนย่านางพบว่ามีปริมาณเยื่อใยมาก ซึ่งจะเห็นว่าผักพื้นบ้านที่ชาวบ้านนำมาเป็นอาหาร จะมีคุณประโยชน์ทางโภชนาการและมีเยื่อใยที่เพียงพอให้กับผู้บริโภค แต่อย่างไรก็ตามในการนำมาประกอบอาหารก็ต้องคำนึงถึง ชนิดและประเภทอาหาร ในการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์ดังกล่าว

เอกสารอ้างอิง (References)

- เกรียงไกร เพาะเจริญ. (2546). การจัดการความหลากหลายทางชีวภาพโดยองค์กรชุมชนในป่าชุมชนโคกหินลาด จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชุดิภา สุวรรณกนิษฐ และคณะ. (2550). รายงานการวิจัยโครงการผลิตภัณฑ์หน่อไม้ใบย่านางพร้อมปรุงในภาชนะบรรจุ ที่เหมาะสม. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี หลักสูตรวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- บัญญัติ แก้วส่อง. (2541). การพัฒนาและฟื้นฟูระบบนิเวศลำน้ำพอง. มูลนิธิชุมชนอีสานและกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและสิ่งแวดล้อม.
- ประมุข ศรีชัยวงษ์ และสุนันท์ ภูสิงห์. (2555). ความหลากหลายทางชีวภาพของผักพื้นบ้านในเขตต้นน้ำชีและลำน้ำสาขา จังหวัดชัยภูมิ. เครือข่ายวิจัยอุดมศึกษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.).
- ประเสริฐ ศรีไพโรจน์, เทียนศักดิ์ เมฆพรรณโอภาส และนิภา ศรีไพโรจน์. (2541). การศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของพืชและผักพื้นบ้านที่ชาวอีสานใช้เพื่อการบริโภค. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

- วิชาญ เอียดทอง. (2556). **ความหลากหลายชนิด และวัฒนธรรมการบริโภคผักพื้นบ้านกลุ่มรับประทาน ส่วนดอกในประเทศไทย**. เอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการและอุทยานผักพื้นบ้านในวิถี ไทย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วราภรณ์ สุทธิสา. (2554). **การถ่ายทอดเทคโนโลยีการแปรรูปใบหม่อนและผลหม่อนเป็นอาหาร และเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ**. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์, สนับสนุนจากคลินิกเทคโนโลยี กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- วิไลลักษณ์ ชุ่มนาเสียว. (2547). **ผักพื้นบ้านกับวิถีชีวิตอีสาน ศึกษากรณี บ้านนาแก ตำบล นาหนองทุ่ม อำเภอกำแพงศรี จังหวัดชัยภูมิ**. วิทยานิพนธ์สาขาไทยศึกษาเพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.

Translated Thai References

- Alzoreky NS, Nakahara K. 2002. **Antibacterial activity of axtracts from some edible plants commonly consumed in Asia**. Int. J. Food Micro-biol. 80. [In Thai]
- Mahidol C, Prawut H, Prachyawarakron V, Ruchirawat S. 2002. **Investigation of some bioactive Thai medicinal plants**. [In Thai]
- Pramuk S. and Luckhana K. 2016.**Food and Medicine Learning Management base on Local wisdom of Ban Na Sri Nuan Community Muang District, Chaiyaphum Province**. Curriculum Instruction and Supervision: Art Science and Technology toward the Education Quality and Creativity Civic for the 21st Century. Silpakorn University. [In Thai]
- Pramuk S., Luckhana K and PatarapongK. 2014.**A Study on the Biodiversity of Natural Food Production to Support Community Upstream of Chi Basin, Thailand**.Asian Social Science. Vol.10. No. 2 January 2014. [In Thai]