



รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการ วัฒนธรรมอาหารไทย: การบริโภคอาหารของ
คนไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498

โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รติวัลย์ วัฒนสิน

ธันวาคม 2559

สัญญาเลขที่ TRG5780101

รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการ วัฒนธรรมอาหารไทย: การบริโภคอาหารของ
คนไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รติวัลย์ วัฒนสิน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยและ
มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

(ความเห็นในรายงานนี้เป็นของผู้วิจัย
สกว.และต้นสังกัดไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป)

บทคัดย่อ

Project Code : TRG5780101

Project Title : วัฒนธรรมอาหารไทย: การบริโภคอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498

Investigator : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รติวัลย์ วัฒนสิน มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

E-mail Address : rwatanasin@yahoo.com

Project Period : 2 ปี

การวิจัยตลาดนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 (จุดเริ่มต้นของสงครามเวียดนาม) หรือก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ และ 2) ศึกษาการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติของคนไทยภาคกลาง โดยใช้ทฤษฎีปรากฏการณ์วิทยา แนวความคิดพฤติกรรมผู้บริโภค และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุที่มีอายุ 66 ปีขึ้นไป ซึ่งอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก ซึ่งเป็นจังหวัดสำคัญในภาคกลาง วิธีการเลือกผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ 1) การชักนำของผู้เชี่ยวชาญ 2) การชักนำของข้อมูล 3) การแนะนำต่อ และ 4) ความสำคัญของบุคคล ผลการวิจัยสรุปได้ว่า

อาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 คือ อาหารที่คนไทยในปัจจุบันคุ้นเคย เช่น ข้าว น้ำพริก แกงจืด แกงเผ็ด ยำ ผัด ขนมจีน ก๋วยเตี๋ยว หรือปลาย่าง เป็นอาหารที่สืบทอดมาตั้งแต่โบราณ พ่อแม่ปู่ย่าตายายของผู้ให้สัมภาษณ์ใช้เลี้ยงดูบุตรหลานและถ่ายทอดมาถึงปัจจุบัน วัฒนธรรมอาหารทั้งห้าจังหวัดคล้ายคลึงกันเป็นส่วนใหญ่ อย่างไรก็ตาม ทุกพื้นที่มีอาหารและพฤติกรรมการบริโภคที่เป็นเอกลักษณ์ รูปแบบและรสชาติอาหารส่วนใหญ่ยังมีการธำรงรักษาไว้ แต่ในอดีตพืชผักตามธรรมชาติอุดมสมบูรณ์มากกว่า ไร้สารเคมี และส่วนผสมจากต่างถิ่นและเครื่องปรุงแต่งรสชาติมีน้อยมาก นอกจากนี้ พฤติกรรมการบริโภคที่แตกต่างอย่างชัดเจน ได้แก่ คนไทยในอดีตปรุงอาหารในครัวเรือน เด็ก ๆ ไม่สามารถเลือกรับประทานตามใจชอบ อาหารทอด ของหวาน และของว่างมีน้อย และการรับประทานอาหารสำเร็จรูปหรือในร้านอาหารมีน้อยมาก

อาหารข้ามวัฒนธรรมเกิดขึ้นมานานแล้ว แต่ความแพร่หลายของอาหารต่างชาติไปยังคนไทยทุกระดับชั้นเกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้ หรือเมื่อมีการเจริญเติบโตธุรกิจค้าปลีกสมัยใหม่ ไม่ใช่เกิดขึ้นในช่วงสงครามเวียดนาม เพราะความสะดวกในการเข้าถึงร้านอาหารต่างชาติ ผู้สูงอายุมีโอกาสทดลองอาหารต่างชาติกับรุ่นหลาน แต่ส่วนใหญ่ไม่นิยมรับประทาน ผู้ที่พอรับประทานได้บ้าง คือ ผู้ที่มีการศึกษาสูงและมีกลุ่มสังคมกว้างขวาง ผลการวิจัยที่น่าสนใจ คือ อาหารที่รับมาจากวัฒนธรรมต่างชาติ ถ้าเป็นอาหารที่คุ้นเคย รับประทานมาตั้งแต่ยังเด็ก เช่น ก๋วยเตี๋ยว มัสมั่น ผู้บริโภคไม่คิดว่าเป็นอาหารต่างชาติ เนื่องจากอาหารเหล่านั้นมีรสชาติแบบไทย ๆ

Keywords : วัฒนธรรมอาหาร อาหารไทย ภาคกลาง การยอมรับวัฒนธรรมต่างชาติ

Abstract

Project Code : TRG5780101

Project Title : Thai Food Culture: Food Consumption of Central Thais before 1955

Investigator : Assistant Professor Dr. Ratiwan Watanasin, Suan Dusit University

E-mail Address : rwatanasin@yahoo.com

Project Period : 2014-2016

This qualitative research aimed to explain key elements of Thai food culture and acculturation before 1955 or before the proliferation of foreign food cultures in Central Thailand. The research applied the concept of phenomenology and consumer behavior to describe the historical food culture. The rich knowledge was derived from the content analysis of in-depth interviews of senior citizens, living in five provinces: Bangkok, Ayutthaya, Phetchaburi, Nakhon Sawan (Takli), and Phitsanulok. Interviewee selection methods are recommendations from food experts, theoretical sampling, snowballing, and importance of interviewees. The key findings are as follows:

Thai food has been consumed for hundreds of years. The flavor and form is largely preserved from generations to generations. Food in all research sites were basically alike. Still, there are a fragment of unique cultures in each province. In the past, there were abundance of natural resources, no chemical usages, and less ingredients and additives from other areas or foreign countries. Moreover, there are behavioral differences, such as more home cooking, less selective consumption among children, less fried-food and dessert consumption, and a lot less processed and restaurant foods.

Thai food has been a product of many cultures. However, food acculturation widely occurs only with the proliferation of modern retailing in the 1990s, which provides convenient access to foreign foods. Most interviewees tried foreign foods with their grandchildren and mostly disliked them. The ones who were partially acculturated are high-educated and socially active. Interestingly, if food, originated from other culture, has been consumed since young age, it lost the connection with original culture, and is considered Thai food because its flavor is Thai-style.

Keywords : Food culture, Thai food, Central Thailand, Food acculturation

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยและมหาวิทยาลัยสวนดุสิตที่ให้ทุนสนับสนุนการวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ชนัญ วงษ์วิภาคและผู้ช่วยศาสตราจารย์เอกพล อ่อนน้อมพันธุ์ ที่ช่วยสนับสนุนเอกสารประกอบการวิจัยและชี้แนะแนวทางต่าง ๆ ทำให้การวิจัยมีความถูกต้อง ชัดเจน และมีคุณค่ายิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์พิเศษศรีศักดิ์ วัลลิโภดม อาจารย์สมบัติ พลายน้อย และผู้ให้ข้อมูลสำคัญทุกท่านที่ช่วยให้ความกระจ่างในเรื่องวัฒนธรรมอาหารไทย

ขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. มณีรัตน์ จันทะพลิน ดร.สาระ มีผลกิจ อาจารย์มณิกา ทองคง อาจารย์คณิง จารุพงษ์ คุณสมบูรณ์ เชาลัม คุณปฐมวดี ผลิผล น.อ.ฉลองรัฐ เพ็ชรไพฑูรย์ และกลุ่มนักรบแดนจางงที่ให้ความช่วยเหลือในการเข้าถึงแหล่งข้อมูลที่มีคุณค่าอย่างยิ่งในการทำวิจัย

ขอขอบพระคุณ พ่อยง วัฒนสินที่กรุณาแนะนำลูกศิษย์โรงเรียนเทเวศร์ศึกษารุ่น 2503

ขอขอบพระคุณ อาจารย์วิลาสินี พลอยเลื่อมแสง อาจารย์สันทนี ยะसारวรรณ คุณสิริภัทร พฤกษ์ไพบูลย์ คุณกานต์ชินิต วรรณยพินิจ และเจ้าหน้าที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยทุกท่าน สำหรับความช่วยเหลือให้ความสะดวกในทุกด้าน

ขอขอบพระคุณ ทุกท่านเป็นอย่างสูงที่ช่วยเหลือให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จเสร็จสิ้นตามเป้าหมาย

รติวัลย์ วัฒนสิน

ธันวาคม 2559

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
Abstract	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญภาพ	ฉ
สารบัญตาราง	ช
บทนำ	1
ความสำคัญและที่มาของปัญหา	1
กรอบแนวคิดในการวิจัย	3
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
ระเบียบวิธีวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	6
ข้อจำกัดของการวิจัย	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
งานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	8
มิติที่สัมพันธ์กับอาหาร	9
วัฒนธรรมอาหารไทย	12
พฤติกรรมผู้บริโภค	18
เหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ	25
ระเบียบวิธีวิจัย	29
คำถามการวิจัย	29
กระบวนการค้นคว้าวิจัย	29
ปรากฏการณ์วิทยา	29
กระบวนการวิจัย	29
ขอบเขตการวิจัย	30

เครื่องมือวิจัย	37
การเก็บรวบรวมข้อมูล	38
การวิเคราะห์ข้อมูล	39
การสร้างความถูกต้องชัดเจนและความเชื่อถือได้	39
ผลการวิจัย	43
อาหารไทยภาคกลาง	43
ลักษณะผู้บริโภค	44
เหตุผลในการบริโภค	51
ลักษณะอาหารที่คนไทยภาคกลางบริโภค	52
สถานที่	65
ผู้มีส่วนร่วมในการสร้างวัฒนธรรมอาหาร	72
เวลา/วโรกาส	74
ขั้นตอนการบริโภค	75
สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	78
สรุปผลการวิจัย	78
การอภิปรายผลการวิจัย	82
ข้อเสนอแนะ	85
บรรณานุกรม	86
ภาคผนวก	91
สรุปรายชื่อและข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้สัมภาษณ์	92

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1.1	กรอบแนวคิดในการวิจัย	4
5.1	สรุปผลการวิจัย	80

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
3.1	กระบวนการวิจัย	30
3.2	ขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือวิจัย	37
5.1	สรุปอาหารไทยและอาหารจากวัฒนธรรมต่างชาติ	80

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหา

อาหารไทยมีชื่อเสียงในระดับโลก เพราะเป็นหนึ่งในตำรับอาหารที่มีเอกลักษณ์โดดเด่น มีคุณภาพ และชื่อเสียงเทียบเคียงอาหารจีน ญี่ปุ่น ฝรั่งเศส อิตาลี เม็กซิโก และเวียดนาม ภาครัฐและเอกชนเล็งเห็นความสำคัญของการสร้างความมั่นคงทางสังคมและเศรษฐกิจจากการส่งออก การท่องเที่ยว และการส่งเสริมภาพลักษณ์ของประเทศด้วยผลิตภัณฑ์ประจำชาติที่มีชื่อเสียงที่สุดก็คือ “อาหารไทย” แต่การศึกษาการตลาดอาหารไทยในสหรัฐอเมริกาซึ่งมีร้านอาหารไทยมากที่สุด (Watanasin, 2010) พบว่าผู้ประกอบการร้านอาหารไทยในต่างประเทศเรียนรู้จากประสบการณ์ในร้าน ให้ความสำคัญกับเมนูอาหาร และการจัดตกแต่งร้าน แต่ขาดการนำความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทยด้านอื่น ๆ มาเพิ่มมูลค่าให้กับ การตลาดอาหารไทยอย่างจริงจัง ทำให้การแข่งขันเน้นเฉพาะด้านอาหารและราคา บางครั้งมีความ ต้องการเอาใจลูกค้ามากเกินไป มีการปรับเปลี่ยนอาหารจนห่างไกลจากความเป็นไทย ปัจจุบัน สถานการณ์การเรียนรู้ดีขึ้น ผู้ประกอบการสามารถหาข้อมูลข่าวสารจากอินเทอร์เน็ต การสร้างองค์ความรู้ เพื่อเผยแพร่ไปยังสื่อสาธารณะจึงมีความจำเป็นสำหรับการตลาดอาหารไทย

จุดเด่นของอาหารไทยในสายตาของผู้บริโภคต่างชาติ คือ อาหารที่มีรสชาติดี มีเมนูให้เลือก หลากหลาย และเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ คุณสมบัติดังกล่าวเป็นประโยชน์ที่จับต้องได้หรือที่ได้รับจากการ บริโภค (Functional benefits) คนจำนวนมากไม่กล้าทดลองรับประทานอาหารที่ไม่คุ้นเคย อาหาร รสชาติดีและอาหารเพื่อสุขภาพอาจกระตุ้นให้ผู้บริโภคอยากทดลอง (Bell, Adhikari, Chambers IV, Cherdchu, & Suwonsichon, 2011) แต่ผู้บริโภคในเมืองใหญ่ทั่วโลกสามารถหาสิ่งทดแทนได้ง่าย อาหารญี่ปุ่น เวียดนาม อิตาลี และเม็กซิโกก็ถือเป็นอาหารที่มีรสชาติดีและเพื่อสุขภาพ อาหาร แต่ละชาติมีจุดเด่น อาหารญี่ปุ่นเน้นความสด มีแคลอรีต่ำ อาหารเวียดนามมีผักมาก ไม่เน้นอาหารทอด อาหารอิตาลีและเม็กซิโกเน้นใช้น้ำมันมะกอกในการปรุงช่วยรักษาระดับไขมันในเลือดและดีต่อหัวใจ อาหารเหล่านี้เป็นคู่แข่งสำคัญของอาหารไทย ดังนั้น การตลาดอาหารไทยต้องนำเสนอคุณค่ามากกว่านั้น

ปัจจุบันการจัดการการตลาดเน้นความสำคัญของบริบททางวัฒนธรรม Kotler, Kartajaya, & Setiawan (2010) กล่าวว่า การตลาดยุคที่ 3 โลกาภิวัตน์ทำให้พฤติกรรมผู้บริโภคเปลี่ยนแปลงไปมาก ผู้บริโภคมีความต้องการที่ซับซ้อน มีอำนาจต่อรองสูง กดดันให้นักการตลาดต้องทำงานประสานประโยชน์ ด้านต่าง ๆ ของผู้บริโภค โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านวัฒนธรรมและจิตวิญญาณ ในสถานะที่คนต่างชาติ พยายามทำการตลาดอาหารไทย ผู้ประกอบการไทยควรให้ความสำคัญกับการตลาดเชิงวัฒนธรรมเพื่อ เสริมสร้างประโยชน์ที่จับต้องไม่ได้หรือประโยชน์ทางด้านจิตใจ (Emotional benefits) ให้กับอาหารไทย ควรใช้ความเป็นไทยที่ชาติอื่นไม่มี ได้แก่ บุคลิกภาพของคนไทย การดูแลต้อนรับแขก การปฏิสัมพันธ์แบบ คนไทยผ่านการการรับประทานร่วมกัน เป็นต้น ซึ่งเป็นคุณค่าที่จะช่วยโน้มน้าวจิตใจผู้บริโภคต่างชาติให้ เกิดความพึงพอใจทั้งอาหารไทยแท้ วัฒนธรรมไทย และประเทศไทยมากยิ่งขึ้น (Watanasin, 2010)

ทำไมนักการตลาดต้องทำความเข้าใจวัฒนธรรมแท้ (Authentic culture) ทั้งนี้ เพราะวัฒนธรรม เป็นสิ่งมีความเคารพการเรียนรู้ และการธำรงรักษา วัฒนธรรมส่งผลต่อความคิด การกระทำ และสรรพสิ่งใน สังคม ซึ่งก่อให้เกิดรูปแบบที่เป็นเอกลักษณ์แตกต่างจากสังคมอื่น (Kluckhohn, 1950) คนทั่วโลกให้ ความสำคัญกับวัฒนธรรม เพราะวัฒนธรรมเป็นหลักฐานแสดงถึงคุณค่าของการอยู่ร่วมกัน คุณค่าทั้งในแง่

วัฒนธรรมหลวง (Great tradition) ซึ่งเป็นการบูรณาการสิ่งที่เป็นของคนทั้งชาติ และวัฒนธรรมราษฎร์ (Little tradition) ซึ่งเป็นวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของกลุ่มต่าง ๆ ทั้งในเมืองและชนบท (ศรีศักร วัลลิโภดม, 2554) ดังนั้น วัฒนธรรมของคนต่างกลุ่มกันย่อมมีความแตกต่างกัน แต่ความแตกต่างในสังคมไม่ได้นำไปสู่ความไม่เข้าใจหรือความขัดแย้งเสมอไป ความแตกต่างที่มีเอกลักษณ์อย่างเช่นอาหารไทยทำให้ประเทศไทยประสบความสำเร็จในการดึงดูดนักท่องเที่ยวต่างชาติ สร้างรายได้เพื่อนำมาพัฒนาประเทศ การที่ผู้บริโภคจำนวนมากให้ความสำคัญกับอาหารต้นตำรับ (Authentic food) เพราะอาหารเลียนแบบหรืออาหารดัดแปลงให้ถูกปากถูกตาคนต่างชาติมีมากมาย (Gabaccia, 1998) ผู้บริโภคที่ให้ความสำคัญกับประสบการณ์ของแท้ (Authentic experience) ไม่ต้องการบริโภคเพียงเพื่ออิ่มท้อง แต่ต้องการมีประสบการณ์จากสิ่งที่ถูกหล่อหลอมขึ้นมาจากวัฒนธรรมเก่าแก่ มีการปฏิสัมพันธ์กับคนในท้องถิ่น ภายใต้อากาศแบบเจ้าของวัฒนธรรม เพราะเป็นสิ่งที่มีความค่าทางจิตใจสูง

อาหารเป็นวัฒนธรรมที่ติดตามค้นหาต้นตอได้ยาก (Pillsbury, 1998) จึงเป็นการยากที่แต่ละชาติแต่ละวัฒนธรรมจะระบุอัตลักษณ์ของอาหารต้นตำรับ และทำให้ยากที่จะแยกแยะว่ามีกรายอมรับอาหารจากวัฒนธรรมอื่นในลักษณะใด เมื่อเวลาผ่านไปนาน ๆ ผู้คนในชาติอาจเข้าใจว่าสิ่งที่ยอมรับมาเป็นวัฒนธรรมประจำชาติมาแต่ดั้งเดิม อาหารเผ็ดร้อนเป็นลักษณะเด่นของอาหารไทย แต่มีหลักฐานว่า พริกมีถิ่นกำเนิดในทวีปอเมริกาใต้ พริกเดินทางมาถึงเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ผ่านการค้าระหว่างประเทศ (Reid, 1988) วัฒนธรรมอาหารเบื้องต้นถ่ายทอดผ่านบรรพบุรุษและแต่ละบุคคลเรียนรู้เพิ่มเติมจากประสบการณ์และเอกสารและตำราซึ่งส่วนใหญ่เป็นรายละเอียดของส่วนผสมและการประกอบอาหารมากกว่าภาพรวมของวัฒนธรรมและพฤติกรรมผู้บริโภค ซึ่งเป็นองค์ประกอบสำคัญที่บ่งชี้อัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมที่มีประโยชน์ในการจัดการการตลาดอาหาร

อาหารไทยเกิดจากความอุดมสมบูรณ์ในท้องถิ่น ภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ และการยอมรับวัฒนธรรมต่างชาติ การยอมรับวัฒนธรรมเกิดขึ้นเมื่อคนไทยมีความสัมพันธ์ทางสังคมและการค้ากับชนชาติอื่น ซึ่งมีหลักฐานว่า ความอุดมสมบูรณ์ทางชีวภาพดึงดูดให้คนเข้ามาตั้งถิ่นฐานและการค้าทางไกลเกิดขึ้นในสุวรรณภูมิมาหลายพันปีแล้ว (ศรีศักร วัลลิโภดม, 2554) และการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมมีขยายตัวมากขึ้นเมื่อประเทศไทยมีความสัมพันธ์ทางการทูตและการค้ากับประเทศเพื่อนบ้าน จีน อินเดีย อาหรับ และชาติตะวันตกตั้งแต่เมื่อหลายร้อยปีก่อน (เดอะ ลาลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548; ฌ็อง-บัตติสต์ ปาลเลอกซ์ (Jean-Batiste Pallegoix), 2552) นอกเหนือจากหลักฐานที่มีอยู่มากมายที่ระบุว่า “คนไทยกินข้าวกินปลา” การกำหนดว่าอาหารและวัฒนธรรมส่วนใดส่วนหนึ่งเป็นของไทยแท้เป็นเรื่องที่ทำได้ยากมาก เพราะวัฒนธรรมเพื่อนบ้านมีความคล้ายคลึงกับของไทยและความยาวนานของเรียนรู้วัฒนธรรมจากดินแดนทางไกลทำให้สับสนเลื่อนต้นตอหรือความเป็นมา ดังนั้น การศึกษาวัฒนธรรมอาหารไทยต้องรวบรวมหลักฐานจากแหล่งต่าง ๆ ทั้งที่เกิดขึ้นในอดีตและปัจจุบัน

โอกาสในการเปลี่ยนแปลงของวัฒนธรรมอาหารไทยเกิดขึ้นอีกครั้งเมื่อคนไทยมีปฏิสัมพันธ์กับทหารญี่ปุ่นในช่วงสงครามโลกครั้งที่สองหรือสงครามมหาเอเชียบูรพา (พ.ศ. 2484-2488) และทหารอเมริกันในช่วงสงครามเวียดนาม (พ.ศ. 2498-2518) ทหารญี่ปุ่นและอเมริกันได้นำวัฒนธรรมอาหารเข้ามาในฐานะทัพและมีการแพร่ขยายไปยังสังคมส่วนอื่น การวิจัยครั้งนี้ต้องการเรียนรู้พฤติกรรมผู้บริโภคแบบไทยแท้จึงศึกษาพฤติกรรมของคนไทยภาคกลางก่อนการเข้ามาของวัฒนธรรมอาหารตะวันตกในช่วงสงครามเวียดนาม แต่มีใช้ช่วงก่อนสงครามโลกครั้งที่สอง เหตุผลแรก คือ ผู้ที่มีประสบการณ์ตรงต้องมีความสุขและความทรงจำที่ดีเพียงพอในการศึกษาหาข้อมูล เหตุผลต่อมา คือ หลังสงครามเวียดนาม กระแสโลกาภิวัตน์มีความชัดเจนมาก การอพยพของคนลาว กัมพูชา และเวียดนามในช่วงสงครามและ

หลังสงครามเล็กทำให้การค้าระหว่างประเทศกับสหรัฐอเมริกาและยุโรปเพิ่มสูงขึ้น การคมนาคมที่มีความสะดวกสบายและค่าใช้จ่ายในการเดินทางที่ถูกลงมาก ทำให้มีการเดินทางระหว่างประเทศเพื่อธุรกิจและการท่องเที่ยวส่งผลให้การปฏิสัมพันธ์กับชาวต่างชาติเพิ่มสูงขึ้น รวมทั้งการเปิดเสรีทางการค้าทำให้มีการนำเข้าผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ และมีการเปิดสาขาของร้านอาหารต่างชาติมากขึ้น ดังนั้น การปฏิสัมพันธ์กับวัฒนธรรมต่างชาติทั้งทางตรงและทางอ้อมส่งผลให้การยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติของคนไทยมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัดเจน

วัฒนธรรมจากดินแดนห่างไกลไม่ได้เพิ่งเข้ามาในประเทศไทย แต่เนื่องจากโครงสร้างทางสังคม เศรษฐกิจ และสภาพภูมิประเทศของประเทศไทยในยุคโบราณ การค้าขายกับคนต่างชาติจำกัดอยู่ในกลุ่มชนชั้นผู้ปกครองของประเทศหรือเมือง สินค้าจากต่างประเทศมีราคาแพง หายาก ทำให้การแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมเกิดขึ้นในสังคมจำกัดในเมืองใหญ่ คนไทยในอดีตส่วนมากขาดประสบการณ์โดยตรงกับคนต่างชาติอย่างเช่นคนในปัจจุบัน ปกติคนนิยมรับประทานอาหารประจำชาติมากกว่าอาหารชาติอื่น แต่อาหารเป็นวัฒนธรรมที่ถ่ายทอดง่าย สหรัฐอเมริกาเป็นประเทศที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรม และมีข้อขัดแย้งระหว่างกลุ่มชนมาตลอด แต่การยอมรับอาหารต่างชาติกลับเกิดขึ้นอย่างราบรื่น เพราะการบริโภคอาหารเป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความสุข และอาหารเป็นผลิตภัณฑ์ที่ซื้อขายได้ง่าย มีมูลค่าทางเศรษฐกิจสูง (Gabaccia, 1998) อีกทั้งผู้บริโภคอาหารต่างชาติไม่รู้สีกว่ากำลังสูญเสียความเป็นชาติหรือวัฒนธรรม ทำให้การยอมรับอาหารชาติอื่นเกิดขึ้นได้ไม่ยากนัก โดยไม่จำเป็นว่าอาหารชาตินั้นต้องมาจากชาติที่ผู้บริโภคชื่นชมหรือมีความรู้เกี่ยวกับชาตินั้นเป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในประเทศไทย คนไทยยอมรับจากนานาประเทศ เช่น อาหารเครื่องเทศจากอินเดียและตะวันออกกลาง อาหารเส้น ผัด และทอดจากจีน ขนมเบี๊ยะจากญวน ขนมไส้ไข่จากโปรตุเกส ขนมอบจากชาติตะวันตก

วัฒนธรรมมีความเป็นพลวัต ไม่มีวันหยุดนิ่ง และธุรกิจอาหารเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นรวดเร็วมาก การวิจัยอาหารไทยส่วนใหญ่ส่วนผสม ตำรับอาหารและวิธีการปรุง ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นความสำคัญในการศึกษาเรียนรู้ภาพรวมวัฒนธรรมการบริโภคแบบดั้งเดิม ซึ่งเป็นวัฒนธรรมที่มีคุณค่าทั้งทางกาย (สุขภาพ) จิตใจ (ความเพลิดเพลินในรสสัมผัส) สังคม (ความสัมพันธ์ของหมู่คณะ ความภาคภูมิใจในภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ) และเศรษฐกิจ (การสร้างรายได้ การเพิ่มมูลค่าให้ภาพลักษณ์ของชาติ) นอกจากนี้ อาหารภาคกลางที่ทั่วโลกรู้จักดีถูกลอกเลียนแบบมาก ทุกชาติสามารถทำอาหารไทย แต่ไม่มีชาติใดที่มีรากฐานทางวัฒนธรรมที่สืบทอดต่อ ๆ กันมา อีกทั้งคนไทยมีความสามารถในการเลือกสรรและประสานวัฒนธรรม ซึ่งก่อให้เกิดเป็นรูปแบบที่มีเอกลักษณ์หรือความเป็นไทย (ศิลป พีระศรี, 2502)

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยตลาดครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษารายละเอียดของพฤติกรรมการบริโภคอาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 หรือก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ เริ่มต้นผู้วิจัยกำหนดผู้ให้สัมภาษณ์เป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป เมื่อเริ่มสงครามเวียดนาม หากแต่ทหารอเมริกันเข้ามาตั้งฐานทัพในไทยในปีพ.ศ. 2504 และเคลื่อนย้ายออกไปทั้งหมดในปีพ.ศ. 2519 ดังนั้น จึงมีการสัมภาษณ์ผู้ที่อายุต่ำกว่า 70 ปีเล็กน้อย ผู้ให้สัมภาษณ์อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก ซึ่งเป็นเมืองสำคัญในภาคกลาง การศึกษาบริบทการวิจัยครั้งแรกทำในเดือนกันยายน 2557 และก่อนการศึกษาในแต่ละพื้นที่ การเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกเกิดขึ้นระหว่างปีพ.ศ. 2557-2559



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

กรอบแนวคิดที่ใช้อธิบายวัฒนธรรมอาหารไทยเพื่อประโยชน์ทางการจัดการการตลาด คือ การศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค ซึ่งหมายถึง กระบวนการเลือกสรร การซื้อ การใช้ และการกำจัดซากของสินค้า บริการ หรือประสบการณ์ที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อสนองความต้องการของบุคคลหรือกลุ่มบุคคล (Solomon, 2007, p.7) โดยพิจารณาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ 1) ลักษณะผู้บริโภค 2) เหตุผลในการบริโภค 3) ลักษณะอาหาร (ประเภท รูปแบบ รสชาติ) 4) สถานที่ (แสวงหา ซื้อ ประชุม บริโภค เก็บรักษา) 5) ผู้มีส่วนร่วมในพฤติกรรมการบริโภค 6) เวลา/วโรกาส และ 7) ขั้นตอนการบริโภค แนวคิดนี้ใช้กันแพร่หลายในทางการตลาด สามารถนำไปใช้ในการสร้างคุณค่าและความได้เปรียบในการแข่งขันของอาหารไทยและวัฒนธรรมอาหารไทยในสถานะที่ผู้บริโภคให้ความสำคัญกับรายละเอียดของการบริโภคมาก คุณค่าของอาหารไทยทำให้การส่งออกอาหารและการท่องเที่ยวอาหาร (Culinary tourism) มีความแพร่หลายมาก แสดงว่า อาหารไทยเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีมูลค่าสูงและเป็นสื่อในการส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างชาติที่ดี (Watanasin, 2012)

การวิจัยครั้งนี้ไม่เน้นรายละเอียดของตำรับอาหารและขั้นตอนการปรุง เพราะมีเอกสารทั้งไทยและต่างประเทศรวบรวมในส่วนนี้มากแล้ว (Thompson, 2002; เอกพล อ่อนนุ่มพันธุ์, 2545) แต่จะเน้นความสำคัญภาพรวมวัฒนธรรมอาหารในบริบทของวิถีการดำเนินชีวิตของคนไทย เนื่องจากองค์ความรู้ส่วนนี้ยังมีไม่มากนัก การเปลี่ยนแปลงในวัฒนธรรมอาหารเกิดขึ้นตลอดเวลา แต่เอกสารไทยจำนวนมากยังอ้างอิงเพียงบันทึกของชาวตะวันตกที่เดินทางมายังประเทศสยาม เช่น จดหมายเหตุลาลูแบร์ (เดอ ลา ลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548) เพื่ออธิบายวัฒนธรรมอาหารไทย ในกรณีของลาลูแบร์ ถึงแม้จะเป็นบันทึกทางประวัติศาสตร์ที่ดีมาก แต่ลาลูแบร์ซึ่งเข้ามาในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชอธิบายวัฒนธรรมอาหารเพียงบางด้าน เพราะเข้ามาเยี่ยมเยือนเพียง 3 เดือน และวัฒนธรรมอาหารไม่ใช่สาระสำคัญในการเดินทางมาประเทศสยาม ในขณะที่มงเซเยอร์ ปาลเลกัวซ์ (ฌ็อง-บัพติสต์ ปาลเลกัวซ์ (Jean-Batiste Pallegoix), 2552) ซึ่งเดินทางมาถึงในสมัยรัชกาลที่ 4 (ค.ศ. 1830) อาศัยอยู่ถึง 24 ปี ถือเป็นชาวตะวันตกในยุคโบราณที่มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับประเทศสยามดีมาก มงเซเยอร์ ปาลเลกัวซ์ก็บันทึกรายละเอียดเกี่ยวกับอาหารเพียงบางประเด็น ศรีศักร วัลลิโภดม (2554) กล่าวว่าวิวัฒนาการของสังคมไทยมีการเปลี่ยนแปลงหลายครั้ง จากวัฒนธรรมท้องถิ่นที่ผสมผสานกับวัฒนธรรมประเทศเพื่อนบ้าน จีน อินเดีย และเปอร์เซียมาแต่ดั้งเดิม วัฒนธรรมไทยเปลี่ยนแปลงไปอีกครั้งเพราะการ

เข้ามาของชาวยุโรป การเสียกรุงครั้งที่ 2 ทำให้คนไทยและคนต่างชาติในสมัยนั้นต้องเคลื่อนย้ายถิ่นฐาน การอพยพเข้ามาของชาวจีนและชาวตะวันตกในช่วงรัตนโกสินทร์ตอนต้น การเกิดสงครามโลกทั้งสองครั้ง การเปลี่ยนแปลงระบอบการปกครองเป็นระบอบประชาธิปไตย รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงสำคัญในยุคปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้การติดต่อสื่อสารและการเดินทางระหว่างประเทศสะดวกขึ้น ทำให้การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว

การค้นคว้าประวัติศาสตร์อาหารเป็นเรื่องที่ทำได้ยาก หลักฐานในการศึกษาอาหารไทยแท้มีหลากหลาย แต่ส่วนใหญ่อธิบายพฤติกรรมผู้บริโภคในบางประเด็น ในยุคต้น ๆ หลักฐานบางส่วนมาจกบันทึกของนักเดินทางที่เข้ามาในประเทศไทยสยาม แต่ส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับการบันทึกเรื่องการเมืองและการค้าหลักฐานของไทยจะอยู่ในรูปวรรณกรรม ได้แก่ ขุนช้างขุนแผนและกาพย์เห่เรือของรัชกาลที่ 2 ในยุคต่อมา (ก่อนปีพ.ศ. 2498) วรรณกรรมมีมากขึ้น ได้แก่ พระราชนิพนธ์ของรัชกาลที่ 6 บันทึกหรือบทสัมภาษณ์ของเชื้อพระวงศ์และชนชั้นนำ ตำรับอาหารซึ่งส่วนใหญ่เป็นของชาววัง วรรณกรรม และนิตยสาร ดังนั้น การศึกษาอาหารไทยแท้สามารถหาหลักฐานเพิ่มเติมจากแหล่งปฐมภูมิ คือ คำบอกเล่าของผู้สูงอายุซึ่งเรียนรู้อาหารไทยแท้จากประสบการณ์ชีวิต เพื่อตอบคำถามว่า “วัฒนธรรมอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติเป็นอย่างไร และก่อนปีพ.ศ. 2498 มีการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติหรือไม่ ในลักษณะอย่างไร”

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 หรือก่อนการเริ่มต้นของสงครามเวียดนาม ซึ่งเป็นการศึกษาวัฒนธรรมอาหารไทยก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ
2. ศึกษาการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติของคนไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **วัฒนธรรมอาหารไทย** คือ วัฒนธรรมการสรรหา การปรุง การนำเสนอ การบริโภค และการดูแลเก็บรักษาอาหารที่สร้างสรรค์และธำรงรักษาโดยคนไทยมาตั้งแต่ดั้งเดิม การใช้วัตถุดิบ การคิดค้นอาหาร และพฤติกรรมการบริโภคใหม่ ๆ ต้องเป็นที่ยอมรับในสังคมไทย
2. **วัฒนธรรมอาหารต่างชาติ** คือ วัฒนธรรมอาหารที่มีต้นกำเนิดจากต่างชาติต่างวัฒนธรรม การใช้วัตถุดิบ การปรุง การนำเสนอ และพฤติกรรมการบริโภคมีเอกลักษณ์แตกต่างจากวัฒนธรรมอาหารไทย
3. **พฤติกรรมการบริโภคหรือพฤติกรรมผู้บริโภค** คือ กระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการเลือกสรร การซื้อ การใช้ และการกำจัดซากของสินค้า บริการ หรือประสบการณ์ที่พัฒนาขึ้นมาเพื่อสนองความต้องการของบุคคลหรือกลุ่มบุคคล (Solomon, 2007, p.7)

ระเบียบวิธีวิจัย

การออกแบบการวิจัย ผู้วิจัยกำหนดกระบวนการค้นคว้าในเชิงการสร้างสรรค์ความรู้ (Constructivism) การตีความ (Interpretation) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) การวิจัยมุ่งทำความเข้าใจ

เข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในวิถีการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมการบริโภคที่เกิดขึ้นเมื่อ 60 ปีที่แล้ว ซึ่งในการวิจัยปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research) ผู้วิจัยสามารถใช้ประสบการณ์ตรงของผู้ให้สัมภาษณ์ในการอธิบายปรากฏการณ์หนึ่ง ๆ (Creswell, 2007)

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก มีอายุตั้งแต่ 66 ปีขึ้นไป เพื่อนำเสนอบทพรรณนาที่ละเอียดลึกซึ้งของคำถามการวิจัย (Creswell, 2007; Denzin & Lincoln, 2005) การคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์มีวิธีการดังต่อไปนี้ 1) การชักนำของผู้เชี่ยวชาญ 2) การชักนำของข้อมูล (Theoretical sampling) 3) การแนะนำต่อ และ 4) ความสำคัญของบุคคล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) ตามมิติต่าง ๆ ที่แสดงในกรอบแนวคิดที่กล่าวมาแล้วข้างต้น และให้ความสำคัญต่อบริบทของเนื้อหา เพื่อความถูกต้องชัดเจน (Rigor) และความเชื่อถือได้ (Trustworthiness) ของการวิจัย (Creswell, 2007)

ขอบเขตของการวิจัย

การตรวจสอบแบบสามเส้า (Triangulation) เป็นกระบวนการวิจัยที่ใช้แนวทางในการศึกษา มากกว่าหนึ่งแนวทาง เพื่อยกระดับความถูกต้องชัดเจนและความเชื่อถือได้ของการวิจัยเชิงคุณภาพ เพิ่มพูนเนื้อหาสาระที่ลึกซึ้งขององค์ความรู้ และลดความเบี่ยงเบนอันเกิดจากความพยายามในการจัดแจงข้อมูล ความเข้าใจผิด หรือความทรงจำไม่ครบถ้วนของผู้ให้สัมภาษณ์ (Chadwick, Bahr, & Albrecht, 1984) การวิจัยนี้ใช้การตรวจสอบแบบสามเส้าข้อมูล (Data triangulation) หรือการเลือกผู้ให้สัมภาษณ์หลากหลายวิธี โดยพิจารณา 1) ความแตกต่างตามพื้นที่ โดยเลือกผู้ที่มีภูมิลำเนาและอยู่อาศัยใน 5 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก ทั้งในชุมชนหลัก และพื้นที่ห่างไกล เนื่องจากพื้นที่ที่แตกต่างกันส่งผลต่อลักษณะทรัพยากรธรรมชาติ วิธีการบริโภค วิธีการปรุง วิธีชีวิต ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมชุมชน และ 2) ความแตกต่างของลักษณะเฉพาะ ได้แก่ เพศ ศาสนา สถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ และความเชี่ยวชาญ ทั้งนี้ เนื่องจากวัฒนธรรมอาหารเกี่ยวพันกับบทบาทในชีวิต ระบบคุณค่า และความรู้ ดังจะเห็นได้จากความแตกต่างของอาหารและกระบวนการบริโภคของบ้าน วัด และวัง (เอกพล อ่อนนุ่มพันธุ์, 2545) ความแตกต่างของวัฒนธรรมหลวงและวัฒนธรรมราษฎร์ (ศรีศักร วัลลิโภดม, 2554) และความแตกต่างของฐานะทางเศรษฐกิจส่งผลโดยตรงต่อความอุดมสมบูรณ์ของความเป็นอยู่ วิธีชีวิต และการบริโภคอาหาร

เหตุผลของการเลือก 5 จังหวัดเป็นพื้นที่การวิจัย คือ 1) กรุงเทพมหานครและพระนครศรีอยุธยา เป็นเมืองหลวงเก่าจึงเป็นแหล่งรวมของวัฒนธรรมไทยทุกภาค และวัฒนธรรมต่างชาติ ซึ่งเข้ามาพร้อมกับการค้า การเมือง ศาสนา และการอพยพย้ายถิ่นฐาน ในช่วงก่อนปีพ.ศ. 2498 กรุงเทพมหานครยังแยกเป็นพระนครและธนบุรี การศึกษานี้ครอบคลุมทั้งสองพื้นที่ 2) พิษณุโลกและเพชรบุรีเป็นเมืองสำคัญตั้งแต่โบราณกาล พระมหากษัตริย์ เชื้อพระวงศ์ และขุนนางเคยให้ความสำคัญในฐานะหัวเมืองสำคัญ มีการเสด็จและเดินทางไปเยี่ยมเยือนและสร้างสถานที่สำคัญไว้ นอกจากนี้ ทั้งสองจังหวัดได้รับผลกระทบจากสงครามน้อยกว่าจึงมีความต่อเนื่องทางวัฒนธรรม 3) กองบิน 4 ในอำเภอตากลิ จังหวัดนครสวรรค์เป็นที่ตั้งของฐานทัพอากาศอเมริกันในช่วงสงครามเวียดนาม ทำให้เกิดจากสมมติฐานว่า ตากลิอาจเป็นจุดเริ่มต้นของการแพร่หลายวัฒนธรรมการกินแบบคนตะวันตก

ข้อจำกัดของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่ให้ความสำคัญกับการถ่ายทอดเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับอาหารการกินของผู้สูงอายุที่เกิดขึ้นเมื่อ 60 ปีที่แล้ว ผู้สูงอายุมีความทรงจำคลาดเคลื่อนบ้าง เนื่องจากเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อนานมาแล้ว อาจนำประสบการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้น หรือนำประสบการณ์จากแหล่งอื่นเข้ามาปะปน ดังนั้น เพื่อการแก้ปัญหานี้ ผู้วิจัยใช้หลักพื้นฐาน 3 ประการ คือ 1) การศึกษาครอบคลุมความแตกต่างตามพื้นที่และลักษณะเฉพาะของผู้ให้สัมภาษณ์ ได้แก่ เพศ สภาวะทางสังคมและสิ่งแวดล้อม และฐานะทางเศรษฐกิจ 2) การตั้งคำถามเพื่อตรวจสอบข้อมูลที่ได้รับ และ 3) หลักฐานประกอบคำพูด ซึ่งเมื่อศึกษาข้อมูลภาคสนามพบว่า ข้อที่ 3 ทำได้ยากมาก เพราะสมัยนั้นการถ่ายภาพยังไม่แพร่หลาย การถ่ายภาพจะเน้นที่บุคคลมากกว่าพฤติกรรมที่เกี่ยวกับอาหาร และผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ไม่เก็บรักษาอุปกรณ์เครื่องมือที่เก่าแก่ไปตามกาลเวลา บางส่วนสูญหายจากการย้ายที่อยู่อาศัย

พิษณุโลกถูกจัดว่าเป็นจังหวัดในภาคกลางตอนเหนือและภาคเหนือตอนใต้ เมื่อศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค พบว่า การบริโภคอาหารส่วนใหญ่เป็นไปตามคนในพื้นที่ราบลุ่มแม่น้ำ คนพิษณุโลกกินข้าวเจ้ากินปลาเป็นอาหารหลัก บริโภคน้ำพริกกะปิและแกงตามแบบภาคกลาง และข้าวเหนียวใช้ทำขนมเป็นหลัก

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ประโยชน์ทางทฤษฎี คือ การวิจัยครั้งนี้สามารถเพิ่มเติมองค์ความรู้ด้านวัฒนธรรมและอาหารไทย รวมทั้งประวัติศาสตร์ของพฤติกรรมผู้บริโภค

ประโยชน์ทางปฏิบัติ คือ องค์ความรู้ที่ได้สามารถใช้เป็นแนวทางในการสร้างคุณค่าและตราให้แก่อาหารไทยในระดับชาติและนานาชาติ

บทที่ 2

งานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ทัศนีย์ โรจนไพบุลย์ ผู้เชี่ยวชาญอาหารไทย (2558, 17 เมษายน) อธิบายว่า “วัฒนธรรมอาหารไทย” หมายถึง สิ่งที่บรรพบุรุษทำต่อเนื่องกันมาเรื่อย ๆ ถึงแม้สิ่งแวดล้อมจะเปลี่ยนไป คนไทยก็ยังทำเหมือนเดิม หรือเมื่อโยกย้ายไปอยู่ที่อื่นก็ยังกินอาหารเหมือนเดิม คนไทยกินอาหารสามมื้อ กินข้าวเป็นอาหารหลัก แต่เดิมคนไทยเป็นเกษตรกร จะกินข้าวให้มากเพื่อเป็นพลังงาน แต่การกินข้าวอย่างเดียวไม่อร่อย ต้องมีการทำกับข้าวเพื่อกินข้าวให้อร่อยขึ้น อาหารไทยที่มีหลายร้อยหลายพันตำรับ สามารถแบ่งได้เป็น 6 กลุ่ม คือ แกง เครื่องจิ้ม ยำ พล่า อาหารเบ็ดเตล็ด และของแถมจัดเป็นสำหรับ โดยมีข้าวเป็นประธานและกับข้าว ซึ่งกับข้าวจะมีมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับเวลา แรงงาน และงบประมาณ

ตำรับอาหารไทยเป็นผลพวงของการประสานระหว่างศิลปะการอาหารไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น กับศิลปะการอาหารของประเทศเพื่อนบ้านและประเทศที่มีความสัมพันธ์ทางวัฒนธรรม การค้า การเมือง และการทูต เช่น อินเดีย จีน เปอร์เซีย โปรตุเกส ฮอลันดา อังกฤษ ฝรั่งเศส และญี่ปุ่นมาหลายศตวรรษแล้ว เครื่องปรุงท้องถิ่นและเครื่องปรุงที่นำเข้ามาจากต่างประเทศถูกนำมาปรุงด้วยอุปกรณ์การครัวไทยจนกลายเป็นอาหารที่มีรสชาติถูกปากถูกตาคนไทย (National Identity Board, 2007; Thompson, 2002) การเลือกสรรและการยอมรับอาหารต่างชาติเกิดมาจากคุณลักษณะเด่นประการหนึ่งของคนไทย คือ คนไทยจะยอมรับวัฒนธรรมที่เหนือกว่าหรือมีความโดดเด่น (Mulder, 2000; Van Esterik, 1992)” แต่ความมั่นใจในความเป็นไทยและอาหารไทยผลักดันให้คนไทยปรับปรุงเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอาหารต่างชาติให้อยู่ในรูปแบบที่คนไทยชื่นชอบเสมอ (Mulder, 2000) คุณลักษณะนี้ทำให้อาหารไทยกลายเป็นตำรับอาหารที่มีเอกลักษณ์โดดเด่นมากในโลก เป็นอาหารที่มีชื่อเสียงไม่ด้อยกว่าอาหารจีน ญี่ปุ่น เวียดนาม ฝรั่งเศส อิตาลี หรือเมดิเตอร์เรเนียน

อาหารไทยอาจจะเหนือกว่าอาหารชาติอื่นในประเด็นที่ว่า องค์ประกอบบางอย่างในอาหารไทยมีความโดดเด่นมากจนทำให้ชาติอื่นนิยมนำอาหารไทยเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ เพราะมีเอกลักษณ์โดดเด่น มีภาพลักษณ์ที่มีคุณค่าที่สามารถเพิ่มมูลค่าให้อาหารชาติอื่น และองค์ประกอบบางอย่างที่สามารถเข้ากับอาหารชาติอื่นได้ดี ดังนั้น ร้านอาหารในสหรัฐอเมริกาที่ไม่ใช่ร้านอาหารพิวชน (อาหารที่มีการประสานวัฒนธรรมหลายชาติในร้านเดียวกัน) จะขายอาหารประจำชาติ และบ่อยครั้งจะมีเมนูอาหารแบบไทย เช่น สลัดแบบไทย (Thai-styled salad) ร้านนั้นอาจมีอาหารญี่ปุ่น อาหารเวียดนาม แต่ไม่ค่อยมีอาหารแบบญี่ปุ่น แบบเวียดนาม เพราะอาหารเหล่านั้นถึงแม้มีเอกลักษณ์ แต่ขาดคุณลักษณะเด่นที่สามารถนำมาประสานวัฒนธรรม ดังนั้น ผู้บริโภคสามารถหาอาหารแบบไทย 1-2 รายการในเมนูของร้านอาหารอิตาลีหรืออเมริกันได้ไม่ยาก (Watanasin, 2010)

อาหารมีความสำคัญสำหรับวิถีชีวิตคนไทยมาก เกือบทุกประเพณีไทยทั้งวัฒนธรรมหลวงและวัฒนธรรมราษฎร์ตลอดทั้งปีที่บรรยายในหนังสือ “ประเพณีพิธีไทย” ของหม่อมเจ้าหญิงพูนพิสมัย ดิสกุล (2517) จะต้องมีการอาหารและการจัดสำรับอย่างเหมาะสมเข้ามาเป็นส่วนประกอบ ภาคกลางเป็นแหล่งรวมวัฒนธรรมของภาคและศาสนาต่าง ๆ ดังนั้น การจัดสำรับจะเป็นไปตามความเชื่อความนิยมของผู้บริโภค บางครั้งจะมีอาหารเด่นของภาคหรือวัฒนธรรมอื่นประกอบอยู่ในสำรับด้วย อาหารไทยเกิดจากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ถ่ายทอดและแลกเปลี่ยนกันในสังคม หลักการพื้นฐานในการเลือกส่วนผสมเครื่องปรุง การปรุง และการจัดตกแต่งไม่แตกต่างกันมากนัก แต่ละครัวเรือนอาจมีการเพิ่มเติมสิ่งพิเศษ ตัดลดสิ่งที่ไม่ชอบ หรือปรับตัวตามสถานการณ์ ในผู้ที่มีความปราณีต มีเวลา และกำลังทรัพย์อาจมีการแกะสลักผัก

ผลไม้ และเลือกสรรสิ่งประดับตกแต่งสำหรับและโต๊ะให้มีความสวยงาม (วันดี ณ สงขลา, 2539) ดังนั้น ในการศึกษาวัฒนธรรมอาหารภาคกลางครั้งนี้มีการพิจารณาองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ มิติที่สัมพันธ์กับอาหาร วัฒนธรรมไทย พฤติกรรมผู้บริโภค การแสวงหา การปรุง และการเก็บรักษา และเหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับการยอมรับวัฒนธรรม

มิติที่สัมพันธ์กับอาหาร

การศึกษาวัฒนธรรมอาหารมีความสำคัญ สามารถช่วยให้เกิดความเข้าใจในวิวัฒนาการและคุณค่าของสังคมหนึ่ง ๆ อาหารมีหลายมิติ ควรค่าแก่การเรียนรู้ ได้แก่ มิติประวัติศาสตร์ มิติวัฒนธรรมการกิน มิติภูมิปัญญา มิติวิถีชีวิต มิติสังคม มิติทางเพศ มิติศาสนา มิติโภชนาการและสุขภาพ มิตินิเวศวัฒนธรรม มิติด้านอำนาจ มิติเศรษฐกิจ มิติด้านภาษา (กาญจนา แก้วเทพ, ชนิษฐา นิลผึ้ง, & รัตติกาล เจริญจิต, 2556)

มิติทางประวัติศาสตร์ อาหารไทยในอดีตมีทั้งมิทชาววังและชาวบ้าน โดยมีวัดเป็นศูนย์กลางทางจิตใจ ทั้งชาววังและชาวบ้านต่างมีส่วนร่วมกันในการทำนุบำรุงพระศาสนา คนไทยมีความผูกพันกับพระราชสำนักและวังของเจ้านายมายาวนาน วังเป็นแหล่งกำเนิดและเผยแพร่วิทยาการหลากหลายสาขา อาหารของชาววังเป็นทั้งอาหารปาก อาหารตา และอาหารใจ ส่วนใหญ่มีองค์ประกอบที่ซับซ้อนกว่าอาหารชาวบ้าน แต่ละมื้อประกอบด้วยข้าวสวย เครื่องเคียง เครื่องเคียงแกง เครื่องเคียงแซ่บ เครื่องเคียงจิ้ม เครื่องเคียงเกาเหลา และเครื่องหวาน มีการใช้เครื่องปรุงที่คัดเลือกอย่างพิถีพิถัน มาจากทั้งในประเทศและต่างประเทศ รสชาตินุ่มนวล กลมกล่อม ตกแต่งอย่างสวยงาม เสิร์ฟในภาชนะเงินยวงทอง แรกเริ่มการถ่ายทอดตำรับอาหารชาววังอยู่ในวงจำกัดในหมู่คนชั้นสูง ค่อย ๆ ถ่ายทอดผ่านเครือญาติชาววังที่อาศัยอยู่ภายนอก ตำรับโบราณบางอย่างสูญหายไปหรือไม่สามารถทำได้เหมือนต้นตำรับ เนื่องจากผู้ปรุงไม่ทราบเทคนิคบางประการหรือเครื่องปรุงแตกต่างจากในปัจจุบัน ในบ้าน รายการอาหารแต่ละมื้อไม่มากมายและไม่ประดิดประดอยให้สวยงามเหมือนในวัง แต่ชาวบ้านก็มีความรู้ในการเลือกสรรและปรุงอาหารให้ได้รสชาติดี กลมกล่อม เข้ากันรสสัมผัสได้ และมีคุณค่าครบถ้วน แกงเผ็ดคู่กับอาหารรสเค็ม เช่น ปลาแดกเดี่ยว แกงส้มคู่กับอาหารรสหวาน เช่น หมูหวาน นอกจากนี้ อาหารในแต่ละพื้นที่มีลักษณะเด่นแตกต่างกัน เพราะใช้เครื่องปรุงในท้องถิ่นและเป็นไปตามความนิยมของคนต่างกลุ่ม ท้องถิ่นที่มีเส้นทางการคมนาคมสะดวกจะมีการนำอาหารจากภายนอกเข้ามาบริโภคหรือมีผู้นำอาหารเข้ามาขายในชุมชน วัฒนธรรมร่วมกันของอาหารทุกภาค คือ น้ำพริกและเครื่องเคียง

มิติวัฒนธรรมการกิน วัฒนธรรมคือสิ่งที่คนสร้างขึ้น แต่งเติม ดัดแปลง ปรับปรุง และถ่ายทอดเพื่อความเจริญแห่งวิถีชีวิต (อนุমানราชธน, 2531b) วัฒนธรรมการกินเป็นพฤติกรรมสังคมที่สืบทอดกันมาเป็นระยะเวลายาวนาน มีการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษมาถึงลูกหลาน คนแต่ละเชื้อชาติวัฒนธรรมจะมีข้อกำหนดสิ่งที่ควรบริโภค ไม่ควรบริโภค สิ่งที่อร่อยและไม่อร่อย การบริโภคแมลงของคนอีสานไม่ได้เริ่มต้นจากการขาดแคลนอาหาร แต่มาจากรสชาติ คุณค่าทางอาหาร และความต้องการบริโภคสัตว์เล็ก การบริโภคปลาร้าซึ่งมีกลิ่นรุนแรง แต่กลืนเป็นสิ่งกำหนดความอร่อย ซึ่งคนต่างวัฒนธรรมที่ไม่เติบโตมากับการบริโภคปลาร้าจะไม่เข้าใจและอาจเกิดความรู้สึกไม่สะอาด ไม่ถูกหลักสุขอนามัย

มิติภูมิปัญญา ภูมิปัญญาท้องถิ่นก่อให้เกิดอาหารที่แตกต่างกัน ตั้งแต่การเลือกสรรวัตถุดิบตามธรรมชาติที่มีรสชาติอร่อย เข้ากันได้กับเครื่องปรุงอื่น และมีคุณค่าทางอาหาร วิธีการปรุงที่เหมาะสมกับอาหารแต่ละประเภท วิธีการถนอมอาหารเพื่อเก็บไว้รับประทานนาน ๆ การต้ม การตากแดด การรมควัน การหมักดอง การเชื่อม การเชื่อม และการกวน อาหารชนิดเดียวกันอาจใช้วิธีการและส่วนผสมแตกต่างกันในแต่ละท้องถิ่น เช่น วิธีการทำและวิธีการบริโภคปลาร้าของภาคอีสานและภาคกลางจะแตกต่างกัน

มิติวิถีชีวิต อาหารสามารถบ่งบอกลักษณะวิถีการดำเนินชีวิต เช่น ขนบธรรมเนียมประเพณีของวิถีข้าว เริ่มตั้งแต่เตรียมเครื่องใช้ไม้สอย ไถ คราด อาจมีการทำพิธีแรกนา ดูกุ้งขามยามดี จัดเครื่องบูชา เครื่องสังเวย ขาวนาขาวไร่รู้จักดิน พืชพรรณ ปุ๋ย ศัตรูโรคพืช ดินฟ้าอากาศ และวิธีทำที่จะให้ได้ผลผลิตที่ดี การเอาปูนาศัตรูของต้นข้าวมาต้มกะทิหรือดองเกลือ การออกไปทำนาแต่เช้าต้องห่อข้าวไปกินในนาหรือรอคนที่บ้านเอาไปส่ง การกินอยู่อย่างสมถะตามอัตภาพ บางพื้นที่มีการเช่นขวัญข้าว เชื้อเชิญแม่โพสพให้มาอยู่ดูแลข้าว เมื่อเกี่ยวข้าว มีการชุมนุมรื่นเริง ทำอาหารมาเลี้ยงเมื่อมีการลงแขกกินแรงงาน ก่อนขนข้าวขึ้นยุ้งมีการทำบุญลาน ทางอยุธยามีพิธีปิดและเปิดยุ้ง พิธีปิดยุ้งทำเมื่อนวดข้าวเสร็จและเก็บข้าวเข้ายุ้งฉางแล้ว ขาวนาจะเหลือข้าวในลานราวหนึ่งชั้น จัดเครื่องสังเวย เอาทัพพีตักข้าวในลานใส่ขัน แล้วขอให้แม่โพสพจงบันดาลให้มีข้าวมากมายตักดวงไม่รู้หมดสิ้น เมื่อข้าวเต็มชั้น เอาไปเทใส่ยุ้งเป็นข้าวเชื้อ ถือเป็นอันเสร็จพิธี ส่วนพิธีเปิดยุ้งทำเมื่อย้ายข้าวออกจากยุ้ง (อนุমানราชธน, 2531a) นอกจากนี้ วิถีชีวิตยังแปรผันไปตามลักษณะพื้นที่ เช่น อาหารปลาน้ำจืดสำหรับภาคกลาง อาหารทะเลสำหรับภาคใต้

มิติสังคม การบริโภคอาหารเป็นกิจกรรมทางสังคมที่สำคัญมาก อาหารสามารถแสดงถึงความสัมพันธ์ใกล้ชิดในครอบครัว ญาติ มิตรเกิดขึ้นระหว่างการกิน มีคำกล่าวที่ว่า “อาหารที่กินไม่สำคัญเท่าคนที่กินด้วย” นอกจากนี้ สามารถแสดงมิติจิตด้วยการเลี้ยงแขกที่มาเยี่ยมเยียน หรือ เป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการจัดงานบุญ งานประเพณี หรือกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ โดยชนชั้น บทบาททางสังคม และฐานะทางเศรษฐกิจจะเป็นตัวกำหนดลักษณะรายการอาหาร (ความหลากหลาย คุณภาพ แหล่งที่มา) วิธีการนำเสนอ (ถ้วยชาม ซ้อนส้อม การตกแต่ง) และภาพลักษณ์ต่อผู้บริโภค

มิติทางเพศ สังคมส่วนใหญ่กำหนดให้เพศหญิงมีหน้าที่การดูแลบ้านเรือนและอาหารการกินของคนในบ้าน ค่านิยมนี้ก่อให้เกิดโรงเรียนการเรือนและต่อมากลายเป็นสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์เพื่อสอนผู้หญิงให้รู้จักการดูแลบ้านเรือนและอาหารการกิน ปัจจุบันสังคมเปลี่ยนแปลงไป อาหารไม่ใช่แต่ภาพลักษณ์ของสตรี “เสน่ห์ปลายจวัก” นางก้นครัว” จะเห็นได้ว่า “เชฟ นักวิจารณ์อาหาร และนักจัดรายการอาหาร” ตามสื่อต่าง ๆ กลายเป็นบุคคลที่สังคมยอมรับนับถือ นอกจากนี้ ส่วนใหญ่จะเป็นผู้ชาย

มิติศาสนา ศาสนาอาจมีข้อกำหนดถึงสิ่งที่ควรบริโภคและไม่ควรบริโภคซึ่งรากฐานจากความเชื่อและความถูกต้องในแง่สุขอนามัยและสังคม ศาสนาฮินดูไม่บริโภควัวซึ่งเป็นสัตว์ศักดิ์สิทธิ์ ศาสนาอิสลามไม่บริโภคหมูเพราะไม่สะอาด ศาสนาพุทธมีข้อห้ามบริโภคสัตว์ 7 ประเภท และข้อห้ามสำหรับพระภิกษุและฆราวาสอาจมีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ ยังมีอาหารที่ใช้ในพิธีกรรม เช่น ไข่ต้ม กล้วย

มิติโภชนาการและสุขภาพ อาหารไทยกำลังเป็นที่นิยมมาก เพราะมีผักและสมุนไพร ซึ่งออกฤทธิ์เป็นยารักษาโรคหรือช่วยให้สุขภาพแข็งแรง อาหารไทยมีทั้งร้อน เย็น เผ็ด จืด หวาน ขม เหมาะสมกับ

ภูมิอากาศและสภาพร่างกาย อาหารไทยมีส่วนผสมหลากหลาย ร่างกายได้รับสารอาหารครบถ้วน คนไทยสมัยก่อนตัวเล็ก เพราะบริโภคน้อย แต่แข็งแรงจากการบริโภค ข้าว ปลา และพืชผัก (Reid, 1988)

มิติในวัฒนธรรม มนุษย์เริ่มต้นจากการแสวงหาอาหารตามธรรมชาติ มีการหาของป่าจับสัตว์มาบริโภค ต่อมามีการปรับตัวและวิธีการดำรงชีวิตเพื่อความอยู่รอดและความมั่นคง การทำสวนทำไร่และการเลี้ยงสัตว์เพื่อการบริโภค ต่อมานำผลผลิตไปขายและแลกเปลี่ยนกับสิ่งของอย่างอื่น และค่อย ๆ พัฒนาเป็นอุตสาหกรรมอาหารเพื่อขายในประเทศและต่างประเทศ ภาคกลางเป็นพื้นที่ราบลุ่มผืนใหญ่ มีแม่น้ำสายหลักหลายสายและติดทะเล การเดินทางติดต่อกันมีความสะดวก ทำให้มีชนชาติต่าง ๆ เข้ามาอาศัยทำกิน แตกต่างจากภาคเหนือซึ่งเป็นพื้นที่ป่าและภูเขา ภาคตะวันออกเฉียงเป็นที่ราบสูงและลาดต่ำลงไปทางแม่น้ำโขง และภาคใต้มีแนวภูเขาและติดทะเลสองด้าน (อนุมานราชธน, 2531b) ทำให้คนภาคกลางมีอาชีพกสิกรรม ทำนาทำสวนและประมงน้ำจืดมากกว่าภาคอื่น ๆ นอกจากนี้ แต่ละภาคมีรากฐานทางวัฒนธรรมแตกต่างกันไปบ้าง เช่น อิทธิพลของจีน อาณาจักรทวารวดี เขมร หรือศรีวิชัย รวมทั้งอิทธิพลของเมืองหลวง เมืองสำคัญ และประเทศราชเมืองเมื่อรวมเป็นประเทศสยามแล้ว

มิติเศรษฐกิจ การบริโภคอาหารมีต้นทุน ผู้บริโภคมีต้นทุนในการแสวงหา เพาะปลูก ซื้อ ประง และเก็บรักษา การหาของป่าทำได้ยากขึ้นในยุคปัจจุบัน การซื้ออาหารสำเร็จรูปหรือการบริโภคในร้านอาหารเป็นสิ่งที่สะดวกรวดเร็วกว่า แต่อาจควบคุมคุณค่าทางอาหาร ความสัมพันธ์ในครอบครัว และสุขอนามัยได้ยากขึ้น อาหารไทยกลายเป็นสินค้าที่สร้างรายได้ให้ประเทศอย่างมหาศาล เพราะมีความโดดเด่นในเรื่องรสชาติ คุณค่าทางอาหาร ความหลากหลาย และมีวัฒนธรรมที่มีคุณค่าทางจิตใจ ส่งผลต่อการทำการเกษตรกรรมอย่างมีระบบ การส่งเสริมการผลิตในโรงงานอุตสาหกรรมเพื่อแปรรูปวัตถุดิบ ผลิตเครื่องปรุง อาหารสำเร็จรูป อาหารแช่แข็ง และเครื่องดื่มสำหรับรับประทานคู่กับอาหาร นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมในการสื่อสารวิธีการปรุง วิธีการบริโภค และการสร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินในการบริโภค

มิติด้านอำนาจ คนในปัจจุบันให้ความสำคัญกับการกินมาก การเลือกสรรอาหาร วิธีการบริโภค และผู้ที่เกี่ยวข้องในกระบวนการบริโภค อาหารใช้ในการกำหนดภาพลักษณ์ของบุคคลและประเทศได้ มีการสร้างละครและภาพยนตร์เกี่ยวกับอาหารเพื่อความบันเทิงและประชาสัมพันธ์ประเทศ เพราะอาหารเป็นสินค้าที่มีมูลค่าทางเศรษฐกิจสูงและส่งผลต่อเนื่องไปยังการสร้างรายได้จากการท่องเที่ยว

มิติด้านภาษา อาหารเป็นสิ่งใกล้ตัวจึงถูกนำมาใช้สื่อสารเพื่อแสดงออกถึงวิถีและเหตุการณ์ในชีวิต และกลายมาเป็นภาษาที่ทุกคนในสังคมเรียนรู้และเข้าใจร่วมกัน “กินข้าวกินปลา” ใช้สื่อสารถึงความ เป็นอยู่แบบไทยและความอุดมสมบูรณ์ “กินข้าวแดง” ข้าวแดงราคาถูกของคนจน ข้าวเจ้าของคนชั้นสูง ถูกนำมาใช้สื่อสารถึงสถานการณ์ชีวิตที่อับจน “ข้าวฟุ้งา ปลาฟุ้งน้ำ” หมายถึงฟุ้งพาอาศัยกัน หรือ “น้ำ ผักบุงไป น้ำสายบัวมา” หมายถึงถ้อยที่ถ้อยอาศัยมีน้ำใจต่อกัน (ศศิธร ทัศนัยนา, 2556) ในทางกลับกัน ภาษาสามารถใช้ในการศึกษาอาหารและวิถีชีวิตคนไทยในอดีต เช่น “ข้าควายเสียดายอะไรกับพริก” “ตำ น้ำพริกละลายแม่น้ำ” หรือ “เลี้ยงดูปู่เสือ” ซึ่งองค์ประกอบบางประการเริ่มห่างหายจากวิถีชีวิตคนไทย เช่น “ข้าวยากหมากแพง” หรือ “ของเลื่อน” ซึ่งก็คือเมื่อมีงานเลี้ยงพระเลี้ยงคน เจ้าของงานจะจัดสำรับ ไปผู้ที่นั่งถือหรือคั่นเคยที่ไม่มีโอกาสมางานของตน เมื่อผู้รับเอาของไปถ่ายใส่ภาชนะของตนแล้ว จะต้อง คืนกลับไปโดยไม่ล้าง ไม่งั้นจะถือว่า “กินล้างกินผลาญ” (อนุมานราชธน, 2532) ในปัจจุบันคนไทยบริโภค

อาหารต่างชาติมากขึ้น มีโอกาสเรียนรู้คำใหม่ ๆ และต่อมาอาหารเหล่านั้นกลายเป็นอาหารที่คนไทยคุ้นเคย เช่น สลัด แซนวิช ซูชิ กิมจิ เป็นต้น

วัฒนธรรมอาหารไทย

วัฒนธรรม คือ สิ่งที่มนุษย์ปรับปรุง เปลี่ยนแปลง หรือพัฒนาขึ้นเพื่อความเจริญงอกงามของวิถีชีวิตในสังคมส่วนรวม (อนุมานราชธน, 2515) วัฒนธรรมมีคุณค่าทั้งทางวัตถุและจิตใจ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพกายสุขภาพใจ ทำให้กินดีอยู่ดี เกิดความสะดวกสบายในการดำรงชีวิต ปัญหาและจิตใจเจริญงอกงาม วัฒนธรรมก่อให้เกิด ตอบสนอง และเป็นผลลัพธ์ของพฤติกรรมของคนในสังคม (Kluckhohn, 1950) ดังนั้น วัฒนธรรมของแต่ละสังคมมีความแตกต่างกันไม่มากก็น้อย เนื่องจากทุกสังคมมีระบบคุณค่าที่เฉพาะคนในสังคมเข้าใจความหมาย และคุณค่านั้นส่งผลต่อการกระทำ เช่น การตัดสินใจ การเลือกสรร หรือการยอมรับในสิ่งต่าง ๆ ดังนั้น การอธิบายวัฒนธรรมอาหารประจำชาติจึงขึ้นอยู่กับความเข้าใจความหมายและคุณค่าที่แต่ละสังคมให้ความสำคัญและยึดถือ มนุษย์ต้องกินเพราะความหิว แต่จำนวนมือ ช่วงเวลาของการบริโภค วัตถุประสงค์ ลักษณะอาหาร การปรุง การนำเสนอ และผู้ร่วมบริโภคจะแปรผันตามลักษณะทางสังคมและวัฒนธรรม (Kluckhohn, 1950) ความหมายและคุณค่าที่แตกต่างกันส่งผลต่อระดับการยอมรับอาหารของคนในและนอกสังคม อาหารโปรดหรืออาหารต้องห้ามจะถูกกำหนดโดยความอุดมสมบูรณ์หรือความขาดแคลนของท้องถิ่น ฐานะทางเศรษฐกิจ แนวทางการปฏิบัติ พิธีกรรมที่ทำให้สืบทอดกันมา ศาสนา กฎข้อห้าม คุณค่า และบรรทัดฐานของสังคม (Klausner, 2002)

ศรีสมร คงพันธุ์ ผู้เชี่ยวชาญอาหารไทยชั้นนำของประเทศแนะนำสืบทอดอาหารไทยในต่างแดน ซึ่งประกอบด้วยของต้มยำกุ้ง แกงเขียวหวานไก่ ผัดไทยกุ้งสด หมูหรือไก่ผัดกระเพรา แกงเผ็ดเป็ดย่าง ยำเนื้อย่าง ต้มข่าไก่ หมูหรือเนื้อสะเต๊ะ ไก่ผัดมะม่วงหิมพานต์ และแพนงหมู (ศรีสมร คงพันธุ์, 2547) ตำรับอาหารข้างต้นมีการจดทะเบียนมรดกทางวัฒนธรรมโดยยูเนสโกเพื่อรองรับอาหารต้นตำรับที่เป็นภูมิปัญญาของบรรพบุรุษไทย จะเห็นได้ว่าเมนูข้างต้นไม่รวมน้ำพริกปลาทุและแกงส้มที่เป็นอาหารยอดนิยมของคนไทย น้ำพริกเป็นอาหารไทยแท้ ประเทศพื้นบ้านอาจมีอาหารที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับน้ำพริก แต่รสชาติที่นิยมชมชอบมีความแตกต่างกัน คนไทยบริโภคปลาทุมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา ในพื้นที่ห่างไกลทะเล มีผู้นำปลาทุมาขาย ในพระราชหัตถเลขาพระราชวังการเสด็จพระราชดำเนินประพาสยุโรป รัชกาลที่ 5 ทรงบรรยายถึงความคิดถึง “น้ำพริก” (วันดี ณ สงขลา, 2536) หรือ “ตำหรับกับข้าวสวยๆ” ของจอมสุกรี ศรีมโฆวาท (2482) มีรายการอาหารที่ขึ้นต้นด้วยคำว่า “น้ำพริก” กว่า 60 รายการจาก 541 รายการ (มากกว่า 10 เปอร์เซ็นต์) โดยยังไม่นับรวมเครื่องเคียงและเครื่องจิ้มอื่น ๆ

อาหารเป็นองค์ประกอบสำคัญทางวัฒนธรรม เพราะตำรับอาหารสามารถบ่งชี้อัตลักษณ์ประจำชาติ เชื้อชาติ แม้กระทั่งลักษณะของบุคคล (Bryant, DeWalt, Courtney, & Schwartz, 2003; Mintz & Du Bois, 2002) ดังนั้น การบริโภคอาหารประจำชาติเป็นหนึ่งในวิธีการแสดงออกถึงความต้องการคงความเป็นสมาชิกในสังคม คนกลุ่มน้อยอาจใช้อาหารเป็นเครื่องมือต่อต้านการถูกกลืนเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมของคนหมู่มาก ในทางตรงกันข้าม การปฏิเสธอาหารประจำชาติและยอมรับอาหารชาติอื่นทดแทนอาจแสดงถึงความต้องการเปลี่ยนแปลงอัตลักษณ์ของตนเองหรือแสดงความต้องการเป็นสมาชิกของวัฒนธรรมอื่น นอกจากนี้ ผู้บริโภคอาจใช้อาหารบ่งชี้ภาพลักษณ์ที่ต้องการ เช่น การบริโภคอาหารต่างชาติเพื่อความทันสมัย การบริโภคอาหารเผ็ดร้อนเพื่อแสดงความเป็นคนชอบสิ่งท้าทาย เป็นต้น

เนื่องจากวัฒนธรรมอาหารสามารถบ่งชี้อัตลักษณ์ทางสังคม ผู้บริโภคจำนวนมากไม่ยอมรับอาหารชาติอื่นเลย เพราะมีความยึดติดในลักษณะและรสชาติอาหารประจำท้องถิ่น ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีกว่า แต่วัฒนธรรมอาหารเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อโครงสร้างทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป สัมพันธภาพเป็นที่ต้องการของผู้บริโภค สูญหายไปเพราะความเสื่อมโทรมของสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและ การรุกรานเข้ามาของชุมชนเมือง บางครั้งรัฐบาลมีการสนับสนุนการเพาะปลูกอาหารที่มีคุณค่าทางอาหารสูง หรือรัฐบาลต่างประเทศผลักดันให้นำเข้าสินค้าบางอย่าง เช่น แครอท มันฝรั่ง และนม ซึ่งเข้ามาแพร่หลาย ในประเทศในระยะเวลาไม่กี่ร้อยปี เมืองไทยปลูกมันฝรั่งเป็นพืชไร่ในราวปีพ.ศ. 2500 แต่เดิมตำรับ มันฝรั่งต้มใส่มันเทศ ไม่ใส่มันฝรั่งดังเช่นที่พบเห็นกันทั่วไปในปัจจุบัน (สมุล ว่องวงศ์ศรี, 2557) นอกจากนี้ โลกาภิวัตน์ทำให้ผู้บริโภคมีโอกาสซื้อหาสินค้าจากต่างประเทศมากขึ้น สินค้าจากต่างประเทศ อาจมีราคาถูกกว่า ทำให้ของไทยค่อย ๆ หายไปจากตลาดถ้าไม่มีการปรับตัว อนุกรมราคาจากต่างประเทศ เข้ามาทดแทนอนุกรมจากดำเนินสะดวก การเดินทางไปยังต่างประเทศ มีโอกาสทดลองสิ่งใหม่ ๆ ก็เป็นอีก สาเหตุที่ทำให้พฤติกรรมผู้บริโภคเปลี่ยนแปลงไป (Kittler & Sucher, 2001) ทั้งนี้ เพราะการบริโภคหรือ การยอมรับอาหารต่างชาติเกิดขึ้นได้ไม่ยากนัก การบริโภคอาหารเป็นพฤติกรรมที่เป็นสุข สามารถบริโภค โดยไม่ต้องยอมรับวัฒนธรรมส่วนอื่นจนทำให้เสียอัตลักษณ์ของสังคมตนเอง และธุรกิจอาหารสามารถ สร้างรายได้ผลประโยชน์สูงมากจึงกระตุ้นให้มีการส่งออกสินค้าอาหารไปยังท้องถิ่นอื่น (Gabaccia, 1998)

วัฒนธรรมอาหารไทยถูกสร้างสรรค์และพัฒนาขึ้นมาจากสภาพแวดล้อมทางภูมิศาสตร์ ระบบ เกษตรกรรม ค่านิยม และการประสานวัฒนธรรมท้องถิ่นกับชนชาติอื่น (วรวิธ สุวรรณฤทธิ์และคณะ, 2546) ซึ่งเข้ามาเพราะการอพยพย้ายถิ่นฐาน การเผยแพร่ศาสนา การค้า และความสัมพันธ์ทางการทูต แหล่งวัฒนธรรมหลักในภาคกลางกำเนิดในพื้นที่ราบลุ่ม มีแม่น้ำ ลำคลอง ป่าไม้ มีความอุดมสมบูรณ์ตาม ธรรมชาติ คนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม และใช้เส้นทางทางน้ำเป็นเส้นทางคมนาคมหลัก วัฒนธรรมเชิงนามธรรมและรูปธรรม ค่านิยม และขนบธรรมเนียมประเพณีจึงเกี่ยวข้องกับธรรมชาติและวิถี ชีวิตในชุมชน เช่น ประเพณีลอยกระทง ประเพณีการแข่งเรือ (ลักษณะภูมิศาสตร์) ประเพณีขอฝน (เกษตรกรรม) ประเพณีสงกรานต์ การรดน้ำสังข์ การบวชนาค (ศาสนา) เป็นต้น

อาหารพื้นฐานของภาคกลาง

อาหารพื้นฐานของภาคกลาง คือ ข้าว สัตว์น้ำ ผัก และผลไม้ (วไลกรณ์ สุทธา, 2536) ภาคกลาง เป็นที่ราบลุ่ม มีบึง หนองน้ำ ลำคลอง และแม่น้ำอยู่ทั่วไป ภาคกลางจึงมีความอุดมสมบูรณ์กว่าภาคอื่น ทำให้มีอาหาร วิธีการปรุง และการถนอมอาหารที่หลากหลายกว่ามาก ภาคกลางมีน้ำใช้เหลือเฟือ สามารถ ปลูกข้าวได้มาก มีผักหลายประเภท ทั้งที่ขึ้นบนบกและในน้ำ สามารถบริโภคได้ทั้งยอด ใบ ก้าน ต้น ดอก ผล เมล็ด ราก และหัว เนื่องจากภาคกลางมีสัตว์น้ำอุดมสมบูรณ์ การบริโภคสัตว์บก สัตว์ป่า หนองและ แมลงจึงมีปริมาณน้อย แต่ปัจจุบันปลา กุ้งในแม่น้ำลำคลองมีน้อยลง สัตว์น้ำบางพันธุ์หายากหรือสูญพันธุ์ ภาคกลางต้องมีการถนอมอาหารเพื่อช่วยยืดอายุอาหารที่มีอยู่ล้นเหลือ และสามารถเก็บรักษาไว้บริโภคใน ยามขาดแคลน เช่น การทำปลาร้า ปลาเค็ม ไข่เค็ม ปูตอง และที่เหลือนำไปแลกเปลี่ยนหรือจำหน่ายเป็น รายได้เสริมจากการทำนาทำสวนทำไร่

จากสถิติประชากรศาสตร์ระหว่างปีพ.ศ. 2482-2487 ของกองประมวลสถิติพยากรณ์ (อ้างถึงใน, นันทิรา ขำภิบาล, 2531) คนไทยทำอาชีพเกษตรกรรม ป่าไม้ และการประมงถึง 92 เปอร์เซ็นต์ เกษตรกร กินอยู่ง่าย ๆ ปลูกข้าว ทำไร่ ทำสวน เก็บผักหาปลาทำอาหาร เวลาอาหารจะยกสำรับมานั่งกินที่นอก ฐาน กับข้าวมีไม่กี่อย่าง ปลาอย่าง ปลาแห้ง ปลาเค็ม น้ำพริก ผักสด ผักผัก เน้นกินข้าวเยอะ ๆ เปิบด้วยมือ

อาหารประเภทน้ำ ๆ เครื่องเทศ และกะทิน่าจะเป็นวัฒนธรรมอาหารในภายหลัง ถ้าไม่น้ำมัน จะกินปลา
ปิ้ง ปลาอย่าง ไม่ค่อยได้กินเนื้อทอด หมูทอด หรือไข่เจียว ไม่มีโอกาสซื้อหมูมาเจียว ถ้าอยู่ห่างไกล
โอกาสมาซื้อเครื่องปรุงใหม่ ๆ ที่ตลาดมีน้อย (ประยูร อุลุชาฎะ, 2542)

บ้าน วัด วัง

วัฒนธรรมอาหารไทยสัมพันธ์กับสามเสาหลักของสังคม คือ *ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์* มา
หลายร้อยปี ทั้งสามสถาบันกำหนดความเป็นไทย (Thainess) หรืออัตลักษณ์ของคนไทยและประเทศชาติ
(Thai identity) (Avakul, 2004) คนไทยส่วนใหญ่นับถือศาสนาพุทธ พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
มีทั้งหลักศีลธรรมจรรยาซึ่งเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตของประชาชน และหลักการปฏิบัติของชนชั้น
ปกครองที่จะทำให้สังคมมีความสงบสุขร่มเย็น คนไทยดูแลพระสงฆ์หรือนักบวชด้วยความเคารพเป็นอย่าง
ยิ่ง เพราะเป็นผู้ถ่ายทอดพระธรรม สั่งสอนแนวทางการดำรงชีวิตที่ดี และเป็นที่ยึดทางจิตใจ พระสงฆ์มี
ความสำคัญไม่น้อยกว่าบิดามารดาและบรรพบุรุษ ต้องการตอบแทนพระคุณของพระพุทธและพระธรรม
ด้วยการดูแลพระสงฆ์ ดังนั้น ขนบธรรมเนียม ประเพณี พิธีกรรมของไทยส่วนมากจึงเกี่ยวข้องกับพุทธ
ศาสนา ถึงแม้พระสงฆ์จะไม่ใช่นักกำหนดรูปแบบและก่อให้เกิดพัฒนาการทางด้านอาหาร แต่ความต้องการ
ได้บุญกุศลจากการทำบุญตักบาตร ทำให้พุทธศาสนิกชนพยายามถวายอาหารที่ปราณีต หรืออย่างน้อย
ที่สุดต้องถวายอาหารที่สะอาดบริสุทธิ์ไม่ผิดพระธรรมวินัย

สถาบันพระมหากษัตริย์เป็นศูนย์รวมของความเป็นชาติ พระมหากษัตริย์ทำหน้าที่ดูแลและ
สนับสนุนให้เกิดการอยู่ดีกินดีของประชาชนชาวไทยทุกเชื้อชาติศาสนา (National Identity Board,
2007) แต่เดิมราชสำนักและชาววังเป็นศูนย์รวมศิลปวิทยาการก่อนที่จะมีการจัดตั้งระบบการศึกษาแบบ
ปัจจุบัน ทำให้อาหารไทยจำนวนมากถูกสร้างสรรค์ขึ้นมาโดยชาววัง ซึ่งมีความรู้ความสามารถ มีกำลังทาง
เศรษฐกิจ มีโอกาสเข้าถึงเครื่องปรุงและอุปกรณ์ที่หลากหลายกว่าชาวบ้านทั่วไป

ตำราอาหารแม่ครัวหัวป่าก์ (เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, 2545) ซึ่งจัดพิมพ์เป็นครั้งแรกในปีพ.ศ. 2445
แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของพุทธศาสนาอย่างชัดเจน มีค่านิยมการ นอบน้อมพระรัตนตรัย และไหว้ครู
มีคำอธิบายอย่างละเอียดเกี่ยวกับการเตรียมอาหารเพื่อการตักบาตร และถวายอาหารพระสงฆ์ในวัน
สำคัญ อีกทั้งยังอธิบายเกี่ยวกับแนวการปฏิบัติเรื่องอาหารชาววังในวโรกาสและงานพิธีต่าง ๆ อาหารที่มี
ชื่อหรือลักษณะที่มีความหมายหรือแสดงสัญลักษณ์ทางสังคมวัฒนธรรมจะถูกเลือกสรรให้เหมาะสมกับ
งานมงคล งานศพ วันสำคัญ พิธีกรรมทางศาสนา และงานประเพณี เช่น ทองเอก ขนมหั้วฟู ขนมหุ้น ใน
ตำรากับข้าวประจำบ้านของหม่อมเจ้าหญิงจันทร์เจริญรัชสี (2506) รายการอาหารจะถูกตั้งชื่อให้ไพเราะ
เช่น แกงจืดจรกกากาตรวล (แกงจืดปลาหมึกยัดไส้) แกงจืดดาระกา (แกงจืดไก่สับใส่เห็ดโคนกระป๋อง) ผัด
สุพรรณสาม (ผักทองผัดกับหมูสามชั้นและไข่) ม้วนกาญจน์กรอบ (ทองม้วน) เป็นต้น แต่ชื่อเหล่านี้ไม่นิยม
ใช้ในทั่วไป

ในสมัยรัชกาลที่ 5 มีพระราชวงศ์ พระสนมกำนัล และข้าราชการบริพารมากมาย แต่ละพระตำหนัก
จะผลัดกันทำพระกระยาหารถวายแต่สมเด็จพระพุทธเจ้าหลวง หลายพระตำหนักมีพื้นเพจากต่างถิ่นและ
มีความรู้เกี่ยวกับอาหารต่างชาติเป็นอย่างดี ในยุคนั้นจึงถือเป็นยุคทองของการสร้างสรรค์อาหารไทย
หลายพระตำหนักมีชื่อเสียงในการประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ เช่น วังบางขุนพรหม ซึ่งถือเป็น
มหาวิทยาลัยสำหรับผลิตเบญจกัลยาณีที่มีความเชี่ยวชาญในด้านการบ้าน การเรือน การครัว การเย็บปัก
ถักร้อย ภาษา และมีกิริยามารยาทที่งดงาม สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดาฯ พระอัครราชเทวี พระ
มารดาของสมเด็จพระเจ้าฟ้าบริพัตรสุขุมพันธุ์ เจ้าของวัง ทรงมีความเชี่ยวชาญในการทำอาหารมาก วังนี้จึง

ผลิตผู้เชี่ยวชาญทางด้านอาหารซึ่งคนในปัจจุบันรู้จักดี เช่น พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าจุไรรัตนศิริมาน ท่านทรงเปิดร้านอาหารไทยร้านแรกในประเทศอังกฤษ หม่อมเจ้าหญิงจงจิตรถนอม ดิสกุล เป็นต้น หากแต่การเสวยของเจ้านาย ไม่จำเป็นต้องดีเลิศ แปรก หรือแตกต่างจากชาวบ้าน หม่อมเจ้าหญิงพูนพิสมัย ดิสกุล เล่าว่า สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาดำรงราชานุภาพ บางครั้งทรงเสวยง่าย ๆ ข้าวกับปลาทอด กลัวย่น้ำว่าเผาใส่มะพร้าวคลุกเกลือ และผลไม้ ของธรรมดาแบบชาวบ้านทั่วไป (ส. พลายน้อย, 2558)

อาหารและบทบาทชายหญิง

อาหารเป็นองค์ประกอบหนึ่งในชีวิตมนุษย์ที่ถูกแบ่งแยกความแตกต่างด้วยเพศ (Mintz & Du Bois, 2002) ความแตกต่างเบื้องต้นเกี่ยวข้องกับปริมาณและประเภทของอาหารที่บริโภค เช่น ในสังคมตะวันตก เนื้อเป็นอาหารของเพศชาย เพราะแสดงถึงอำนาจและสถานะทางสังคม เนื้อจะถูกจัดเป็นอาหารจานหลัก ในขณะที่ผักจะแสดงถึงความมีเหตุผล สุขภาพ และเพศหญิง ดังนั้น การบริโภคเพื่อสุขภาพจึงสามารถจูงใจเพศหญิงได้ง่ายกว่า และผู้ชายบางคนปฏิเสธการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ (Holm, 2003) นอกจากนี้ หน้าที่การเตรียมอาหารถูกกำหนดด้วยเพศในหลายสังคมวัฒนธรรม โดยไม่คำนึงถึงชนชั้นหรือตำแหน่งในสังคม (Inness, 2001) ปกติผู้ชายมีหน้าที่หาอาหารหรือหารายได้มาเลี้ยงครอบครัว ผู้หญิงมีหน้าที่จัดเตรียมและปรุงอาหาร เนื่องจากเป็นส่วนหนึ่งของหน้าที่ดูแลบ้าน

ในสังคมไทยสมัยก่อนผู้หญิงไทยไม่ค่อยรู้หนังสือและไม่มีโอกาสเล่าเรียน นอกจากจะเป็นลูกผู้ลากมาดีมีอันจะกิน ผู้หญิงต้องอยู่กับบ้านและได้รับการอบรมเรื่องเย็บปักถักร้อย การประกอบอาหาร และการดูแลบ้านเพื่อเตรียมตัวเป็นภรรยาที่ดี ในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง รัฐบาลพยายามสร้างชาติให้มีความเจริญก้าวหน้าทัดเทียมอารยประเทศ มีการกำหนดแนวทางปฏิบัติในการสร้างเอกลักษณ์ของชาติ คือ ผู้รักชาติต้องรับประทานอาหารไทย แต่งกายด้วยเสื้อผ้าไทย ทำการค้า และช่วยเหลือสาธารณประโยชน์ นอกจากนี้ รัฐบาลมีนโยบายที่เด่นชัดในการยกระดับฐานะผู้หญิงไทย และพยายามให้ผู้หญิงมีบทบาททางสังคม เศรษฐกิจ และการดูแลปกป้องประเทศมากขึ้น โดยสนับสนุนให้ผู้หญิงเข้ามามีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคม สนับสนุนให้เรียนหนังสือโดยเปิดโอกาสให้เรียนจนถึงระดับอุดมศึกษา สนับสนุนให้ทำงานอาสาสมัครช่วยเหลือในยามศึกสงคราม ทำงานสังคมสงเคราะห์เพื่อพัฒนาประเทศชาติ และรู้จักประกอบอาชีพเลี้ยงตนเองและครอบครัว รัฐบาลสนับสนุนให้ผู้หญิงทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมเบา ประเภทการแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรและหัตถกรรม งานบริการ และการรับราชการ เนื่องจากผู้หญิงมีร่างกายที่บอบบางกว่า (นันทิรา ขำภิบาล, 2531) แนวนโยบายนี้ส่งผลให้ผู้หญิงไทยทำงานนอกบ้านมากขึ้น เลิกเป็น “นางห้อง” เพื่อช่วยครอบครัวหาเลี้ยงชีวิต ดูแลตนเอง และช่วยเหลือสังคม จากการศึกษาในช่วงปีพ.ศ. 2498-2537 (บุญมา นครินทร์, 2554) พบว่า ครอบครัวชาวนามีลักษณะครอบครัวเดี่ยวเกินกว่าร้อยละ 50 แสดงว่า ครอบครัวไทยส่วนใหญ่มีขนาดเล็กลง คู่สมรสที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ทำให้ไม่มีผู้ใหญ่คอยช่วยเหลือ เด็ก ๆ ไม่มีปู่ย่าตายายช่วยสั่งสอนอย่างใกล้ชิด พ่อแม่นิยมยกที่ดินให้ลูกสาวหรือลูกที่ทำหน้าที่เลี้ยงดูในวัยชรา ทำให้คู่สมรสเกี่ยวข้องกับญาติฝ่ายหญิงมากกว่า การแยกครอบครัวของคุณแต่งงานใหม่อาจเป็นการสร้างบ้านในบริเวณเดียวกัน กินข้าวของพ่อแม่ระยะหนึ่ง แต่ส่วนใหญ่แยกอยู่เป็นอิสระ ดังนั้น เมื่อแต่งงาน ผู้หญิงในยุคนี้นี้ต้องรับผิดชอบงานครัว งานดูแลบ้านเรือน และเมื่อมีคนช่วยเหลือน้อย ผู้หญิงจึงต้องช่วยเหลือสามีหาเลี้ยงครอบครัวด้วย จะเห็นได้ว่าผู้หญิงต้องทำมากกว่างานในบ้าน ทำให้สังคมไทยมีผู้หญิงทำงานมีมากขึ้น

หลักฐานทางประวัติศาสตร์เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทย

วัฒนธรรมอาหารไทยจากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ของไทย ได้แก่ ศิลาจารึกพ่อขุนรามคำแหง หลักที่ 1 กล่าวถึงการบริโภคของคนไทยว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว” ซึ่งสอดคล้องกับหลักฐานทางประวัติศาสตร์ในยุคหลัง ๆ พระราชนิพนธ์ในระหว่างการประชุมสหประชาชาติของชาติที่ 5 ทั้งสองครั้ง และพระราชนิพนธ์ไกลบ้าน แสดงถึง ความรักและคิดถึงอาหารไทยของพระองค์ และการเสด็จประพาส ต้นของรัชกาลที่ 5 แสดงให้เห็นว่า พระองค์ทรงปรุงอาหารด้วยพระองค์เอง ต่างจากปกติที่มีสตรีชาววัง หรือข้าราชการบริพารที่ติดตามเสด็จเป็นผู้ดูแลเครื่องเสวย

วัฒนธรรมอาหารไทยจากหลักฐานทางวรรณคดี หลักฐานส่วนนี้ไม่สามารถมองข้ามได้ เพราะให้ รายละเอียดทางวัฒนธรรมอาหารที่ชัดเจน ได้แก่ กาพย์เห่เรือชมเครื่องคาวหวาน พระราชนิพนธ์ในรัชกาล ที่ 2 กาพย์เห่เรือชมเครื่องว่าง พระราชนิพนธ์ในรัชกาลที่ 6 (ประชุมกาพย์เห่เรือบริบูรณ์, 2472) และ เสภาขุนช้างขุนแผน ทั้งสามเรื่องแสดงสาระของวัฒนธรรมอาหารไทยในมิติที่แตกต่างกัน กาพย์เห่เรือ แสดงวิถีชีวิตและอาหารชาววัง ในขณะที่เสภาขุนช้างขุนแผนแสดงวิถีชีวิตแบบชาวบ้าน เมื่อพิจารณา รายละเอียดของกาพย์เห่เรือชมเครื่องคาวหวาน พบว่า เครื่องเสวยแสดงถึงความหลากหลายของอาหาร ไทย ทั้งในแง่ของรสชาติและต้นกำเนิดอาหารที่มาจากภาคต่าง ๆ และต่างประเทศ

อาหารภาคกลาง เช่น “เทพีพั้นเนื้อทอ้ง เป็นมันย่องล่องลอยมัน”

อาหารที่ได้รับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ เช่น

“มัสมั่นแกงแกวตา หอมยี่หร่าสร้อนแรง”

“รสดีด้วยน้ำปลา ญี่ปุ่นล้ำย้าวยวนใจ”

“ข้าวหุงปรุอย่างเทศ หอมพิเศษใส่ลูกเอ็น”

“ลุดตีนี่น้ำชม แม่แผ่นกลมเพียงแผ่นบาง โอชาหน้าไก่แกง แคลงของแขกแปลกกลืนอาย”

อาหารพื้นบ้าน เช่น “ผักหวานชานทรงใน ไคร่ครวญรักผักหวานนาง”

อาหารป่า เช่น “เหล็กรูหมูป่าต้ม แกงคั่วส้มใส่ระกำ”

อาหารจากภูมิภาคอื่น เช่น “ไต่ปลาเสแสร้งว่า ดูจาจากระบิดกระบวน” และ

ผลไม้นำเข้า เช่น “พลับจีนจักด้วยมีด ทำประณีตน้ำตาลกวน”

นอกจากนี้ กาพย์เห่เรือชมเครื่องคาวหวานยังแสดงถึงวิวัฒนาการทางภาษาและรูปแบบอาหาร อาหารหลายอย่างคนในปัจจุบันไม่คุ้นเคย เช่น “ตับเล็ก (เครื่องในหมูชนิดหนึ่ง)” “ลูกเอ็น (กระวาน)” “ลำเตี้ย (อาหารว่างชนิดหนึ่ง มีไชโรยเป็นฝอยห่อหุ้ม)” เป็นต้น (วันดี ณ สงขลา, 2530)

เสภาขุนช้างขุนแผนมีการนำเสนออาหารในบริบทชีวิตของคนไทย ทั้งเหตุการณ์ประจำวันและ เหตุการณ์สำคัญ เช่น การสู่ขอ “...เจ้าแกสองข้างต่างสนทนา ขนของเจ้าเคหาด้วยทันใด แถมพยกให้ ตามทำนอง เอาข้าวของหวานความมาตั้งให้ เลี้ยงคู่อิมหน้าสำราญใจ เจ้าแกกลับไปด้วยฉับพลัน” ซึ่งสมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยาดำรงราชานุภาพ (2553) ทรงบรรยายไว้ในหนังสือเรื่องประเพณีไทย

วรรณกรรมในรัชกาลปัจจุบันที่มีการบรรยายเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทยในอดีต เช่น “พื้น ความหลัง” หรือ “ประเพณีไทย” ของพระยาอนุมานราชธน ซึ่งเกิดในสมัยรัชกาลที่ 5

วัฒนธรรมอาหารไทยจากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ของต่างชาติ บันทึกของนิโกลาส์ แชรแวงส (เข้ามาในปีพ.ศ. 2224-2229) (นิโกลาส์ แชรแวงส (Nicolas Gervaise), 2550) บาทหลวงตาชาร์ด (มา 3 ครั้ง เข้ามาครั้งแรกในปีพ.ศ. 2228) (บาทหลวงตาชาร์ด (Pere Tachard), 2551) บาทหลวงเดอชัวซี (เข้ามาในปีพ.ศ. 2228-2229) (บาทหลวงเดอ ชัวซี (de Choisy), 2550) และลาลูแบร์ (เข้ามาครั้งแรกในปี พ.ศ. 2228-2229 อยู่ 3 เดือน) (เดอ ลา ลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548) ที่เข้ามาในรัชสมัย สมเด็จพระนารายณ์มหาราชบรรยายเกี่ยวกับอาหารไทยคล้าย ๆ กันและมีรายละเอียดไม่มากนัก “คนไทยกินข้าวกินปลา” ส่วนใหญ่บรรยายในลักษณะวัตถุดิบจากธรรมชาติ ข้าว ธัญพืช ผัก ผลไม้ ต้นไม้ แร่ธาตุ ซึ่งเป็นสินค้าที่ชาวตะวันตกต้องการ รายละเอียดเชิงพฤติกรรมการศึกษาได้จากบันทึก ของมงเซเมอร์ ปาลเลกัวซ์เดินทางเข้ามาในปีพ.ศ. 2372 ในสมัยรัชกาลที่ 4 แต่งบันทึกเกี่ยวกับประเทศ สยามจากประสบการณ์ 24 ปี ทำให้สามารถบรรยายอาหารไทยได้อย่างละเอียด ถือเป็นหลักฐานทาง ประวัติศาสตร์อาหารที่สำคัญมาก (ฌ็อง-บัติสต์ ปาลเลกัวซ์ (Jean-Batiste Pallegoix), 2552)

“...ข้าวมีไม่ต่ำกว่า 20 ชนิด มี 4 ชนิดที่สำคัญ คือ ข้าวเจ้า ข้าวเหนียว ข้าวไร่ และข้าว แดง วิธีหุงข้าวเจ้าให้สุกหลังจากหาว 4-5 แล้ว ใส่หม้อ เติมน้ำ ตั้งไฟให้เดือดประมาณ 3 นาที รินน้ำออกหมด ดงบนไฟอ่อนๆ เพื่อให้ข้าวระอุสุกทั่วกันและไม่ไหม้ การหุงด้วยวิธี นี้ได้ข้าวกลั่นดีและไม่เหนียวติดมือ เขากินกับแกงคั่วเป็นคำ ๆ แทนขนมปัง...”

“ข้าวเหนียวเป็นข้าวที่พวกลาวนิยมบริโภค คนไทยและคนจีนมักเอามาทำขนม...”

“...ในประเทศสยามมีข้าวโพด แตงกวา พัก หัวผักกาด กะหล่ำปลี ผักกาดเขียว ผักกาดหอมแตงโม แตงไทย มะเขือทุกพันธุ์ทุกลี มันฝรั่ง ผักคื่นไช้ สะระแหน่ ผักชีฝรั่ง ผักชีฝอย ยี่ห่วย เมล็ดผักชี หัวกระเทียม หัวหอม ต้นกระเทียม ถั่วลิ้นเต่า ถั่วแขก และ พืชผักสวนครัวที่ไม่รู้จักชื่ออีกเป็นอันมาก...”

“...หลายจังหวัดปลูกพันธุ์ไม้อันประเสริฐชนิดหนึ่ง คือ ถั่วดิน (ถั่วลิสง) มีรากมาก ผัก บรรจุเมล็ดพันธุ์อันใช้บริโภคได้คุณประโยชน์มาก เอามาทำขนมมอร้อย หรือหีบน้ำมันเอา มาใช้ในกิจการบ้านเรือน มีการปลูกงาพันธุ์เล็กใช้ทำขนมกินดีน้ำมันงาใช้เป็น ส่วนประกอบในน้ำมันใส่ผม ต้นไม้พวกโพธิ์พา ชื่อ แมงลัก ให้เมล็ดเล็ก ๆ ใส่ในแก้วนํ้า จะพองตัวขึ้นมาจนเต็มแก้ว มีรสอร่อยและชุ่มคอดีนัก...”

“...ในประเทศสยาม ทูเรียนเป็นราชาแห่งผลไม้...กลิ่นของทุเรียนนั้นฉุนและน่ารังเกียจ สำหรับชาวยุโรปที่เพิ่งมาใหม่ ๆ เอาไปเปรียบกับกลิ่นอุจจาระ แต่ทว่า เมื่อเราบริโภค เนื้อ กลิ่นของมันจะเปลี่ยนเป็นหอมอย่างน่าอัศจรรย์ เมื่อเรากินทุเรียนแล้ว มีระเบียบ อยู่ว่า เราต้องกินมังคุดด้วย...”

“ผลไม้ที่สำคัญที่สุด ราคาถูกที่สุด และมีคุณค่าที่สุด คือ กล้วย...”

“...หน่อไม้อ่อนเหมือนหัวผักกาด เขาหั่นมันออกเป็นแว่นบางๆ ตองไว้ในน้ำข้าวขำผสม เกลือ ได้ของกินที่อ่อนนุ่มและมีรสดี ใช้แกงกับเนื้อหรือปลา...”

“อาหารธรรมดาสำหรับคนไทย คือ ข้าว ปลา ผักและผลไม้ ไม่มีการทำขนมปัง แต่มีการใช้แป้งสาลีทำขนม การบริโภคขนมปังไม่เหมาะสำหรับประเทศร้อน อาจจะทำให้เป็นโรคบิดได้ง่าย คนจีนกับคนม้งมีบริโภคเนื้อหมูกันมาก ย่อยง่ายและไม่แสดงอย่างในยุโรป สยามบริโภคเปิดไก่อันมาก เนื้อกวาง นกน้ำ เนื้อควายหรือเนื้อวัวตากแห้ง เต่า ปลา ทะเล กบ ค้างคาว ค้างคาว หนูฟูก จระเข้ งูเหลือม แม้กระทั่งไข่มดบางชนิด

“พวกบ้านนอกไม่สُر่ยสُر่ยในเรื่องอาหารการกิน เลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยข้าว ปลาแห้ง กลัวยหน่อไม้ แพงพวย ผักน้ำอย่างอื่น ใช้จิ้มน้ำผสมเผ็ด ๆ อย่างหนึ่ง เรียกว่า “น้ำพริก” เครื่องจิ้มใช้บริโภคทั่วไปในประเทศ ตั้งแต่พระเจ้าแผ่นดิน ลงมาจนถึงทาสชั้นเลว...”

วัฒนธรรมอาหารไทยจากหลักฐานตำราอาหาร นอกเหนือจากหนังสือแม่ครัวหัวป่าก์ ซึ่งเป็นหลักฐานทางประวัติศาสตร์อาหารอันล้ำค่า เพราะนอกเหนือจากการอธิบายวิธีการปรุง ตำรับอาหาร การจัดตกแต่ง และการเป็นแม่บ้านที่ดี ยังมีการบรรยายบริบทของสังคมที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรม รวมทั้งรายละเอียดบางอย่าง เช่น วิธีซังตวงวัด มีความแตกต่างจากปัจจุบันอย่างมาก ในยุคแรก ๆ ตำราอาหารถูกแต่งหรือรวบรวมโดยเชื้อพระวงศ์และบุคคลชั้นนำ มีการตีพิมพ์เป็นเล่ม เพื่อจำหน่ายแต่จำนวนมากอยู่ในรูปหนังสือที่ระลีกงานศพของบุคคลสำคัญ

ตำราของประชาชนทั่วไปที่ให้ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหาร เช่น ชมรมแม่บ้านทันสมัย ลูกชายขายอาชีพ เป็นต้น ในหนังสือชมรมแม่บ้านทันสมัย ชุด 3 พลศรี คชาชีวะมีสาระที่หลากหลาย เช่น “ความนิยมของเห็ดรัสเซีย” “วิกฤตกาแพหลังสงครามโลกครั้งที่สอง” “ชมพูกระเทยไม่ต้องล้างมาก เพราะไม่ค่อยฉีดยาฆ่าแมลง”

พฤติกรรมผู้บริโภค

คนไทยแท้และอาหารไทยแท้เป็นเพียงมโนคติ (สุจิตต์ วงษ์เทศ, 2559) ชาตินิยมเกิดจากการผสมผสานชาติพันธุ์ต่าง ๆ ความเป็นไทยแท้ไม่สามารถกำหนดได้ (ศรีศักร วัลลิโภดม, 2554) เมื่อคนหลายเชื้อชาติหลายเผ่าพันธุ์อยู่ร่วมกัน จะมีการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม ก่อให้เกิดเป็นสิ่งที่คนในสังคมยอมรับว่ามีคุณค่าและธำรงรักษาสืบทอดต่อ ๆ กันมา เมื่อกล่าวว่า “คนไทยบริโภคอาหารต่างชาติ” อาจหมายถึงการบริโภคอาหารที่มาจากวัฒนธรรมอื่นที่ใช้วัตถุดิบ มีรูปแบบ และมีรสชาติที่แตกต่างจากที่ยอมรับกันทั่วไปว่าเป็นอาหารไทย เมื่อเวลาผ่านไปอาหารต่างชาติบางส่วนได้รับการยอมรับ อาจมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงบางส่วน และกลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมไทย เช่น ฝอยทอง ขนมครก หากแต่อาหารบางอย่างถึงแม้คนไทยบริโภคมาหลายชั่วอายุ อาหารนั้นยังถูกกำหนดว่าเป็นอาหารต่างชาติ เช่น แฮม ไส้กรอก เนย โรตีส

หลักฐานการบริโภคอาหารต่างชาติมีมานานแล้ว ตำรากับข้าวในยุคแรก “แม่ครัวหัวป่าก์” แต่งโดยท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์จัดพิมพ์เป็นครั้งแรก ปีพ.ศ. 2445 ในสมัยรัชกาลที่ 5 มีการใช้เครื่องปรุงอาหารต่างชาติ เช่น แฮม เนย เช่นเดียวกับตำราอาหารคาวหวานในสมัยต่อ ๆ มา เช่น “ตำหรับกับข้าวเสวยฯ” ของจอมสุกรี ศรีมฆวาท (2482) “ตำหรับขนมของหวานวังหลวง” ของคุณหญิงสุรเสียมงคลการ (2483) “การครัว” ของหม่อมหลวงปอง มาลากุล (2501) “ตำรากับข้าวประจำวัน” ของหม่อมเจ้าหญิงจันทร์เจริญรัชนี้ (2506) “ของเสวย” ของหม่อมราชวงศ์กิตินัดดา กิตติยากร (2507) “ตำรับอาหารของ

หม่อมราชวงศ์เตื้อง สนิทวงศ์” ของโรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม (2511) “ชมรมแม่บ้าน
ทันสมัย” ของพลศรี คชาชีวะ (2518) “หลักการปฏิบัติการด้านโภชนาบำบัด” ของรัศมี คันธเสวี (2522)
หรือ “กับข้าวรัตนโกสินทร์ 2525” ของหม่อมหลวงเดิบ ชุมสาย (2525)

ดังนั้น การวิจัยนี้อธิบายอาหารที่คนไทยภาคกลางระบุว่าเป็นอาหารไทยและอาหารต่างชาติ
รวมทั้งบรรยายทัศนคติและพฤติกรรมการบริโภคอาหารทั้งสองประเภท เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการวิจัย
เชิงคุณภาพที่นำเสนอปรากฏการณ์ในชีวิตของผู้ให้สัมภาษณ์ เนื้อหาสาระบางประการอาจไม่ตรงกับ
ความรู้ความเข้าใจของผู้อื่น ดังเช่นกิตตินัดดา กิตติยากร (2507) ได้อธิบายถึงการใช้กระเทียมมากเกินไป ซึ่ง
อาจไม่ตรงกับความรู้ในปัจจุบันเรื่องกระเทียมช่วยลดไขมัน หรือขนมหม้อแกงไม่โรยหอมเจียว ทั้ง ๆ ที่
มีหลายคนเข้าใจว่า ขนมหม้อแกงแท้ต้องโรยหอมเจียว



ตลาดริมทางในกรุงเทพฯ ในปีพ.ศ. 2499

การแสวงหา

คนไทยส่วนใหญ่มีอาชีพหลักเป็นเกษตรกร อาหารจึงมาจากผลผลิตทางการเกษตร ผักพื้นบ้าน
และสวนครัว และอาหารป่าสามารถหาได้ไม่ยากเนื่องจากตั้งอยู่ในเขตร้อน มีแหล่งน้ำอุดมสมบูรณ์ จึงมี
ผลผลิตตามธรรมชาติตลอดทั้งปี ตลาดในชุมชนส่วนใหญ่อยู่ริมแม่น้ำหรือเส้นทางสายหลัก มีทั้งสินค้าใน
ท้องถิ่น สินค้าจากภูมิภาคอื่น และสินค้าจากต่างประเทศ ซึ่งพ่อค้าในตลาดสั่งมาขายหรือพ่อค้าจากต่าง
ถิ่นล่องเรือหรือส่งทางรถไฟมาขาย ในสมัยนั้นการส่งสินค้าทางเรือและรถไฟจะสะดวกกว่าทางรถบรรทุก
ชาวบ้านไม่จำเป็นต้องเข้ามาในกรุงเทพฯ เพื่อซื้อหาสิ่งที่จำเป็นในการดำรงชีวิตประจำวัน หลักฐานการค้า
อาหารจากต่างถิ่นมีมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา (เพชรบุรี เทียนปิวโรจน์, 2550) เช่น

*เรือมอญ บรรทุกมะพร้าว หัว ไม้แสม เกือบขวามาขายบริเวณใต้ปากคลองเกาะแก้ว
เรือลูกค้าชาวทะเล ขายหอยแมลงภู่ หอยตะพง ปูทะเล แมงดา ปลาทะเลสด-ย่างที่
ประตุท่าหอย
เรือปากใต้ ชาวบ้านยี่สาร บ้านแหลม เพชรบุรี บ้านบางตะบูน บ้านบางทะลุ บรรทุกกะปิ
น้ำปลา ปูเค็ม ปลากระรอก ปลากระพง ปลาทุ ปลากะเบนย่างจืดเรือแถววัดพระนางเชิง*

เรือปากใต้ ลูกค้าจีน และแขกจาม นำน้ำตาลทราย น้ำตาลกรวด สาคุเม็ดๆ จากปักซีใต้
มาขายบริเวณบ้านน้ำวนบางกะจะ
สินค้าจากเมืองจีน เช่น อาหาร ผลไม้ เครื่องกระเบื้องๆ
สินค้าจากญี่ปุ่น เช่น ชา สำหรับคอมบุ แมงกะพรุน ของดอง ซีอิ้ว ปลาหมึกแห้ง มิโสะฯ
สินค้าจากอินเดีย เช่น แป้งสาลี เนยฯ
สินค้าจากคาบสมุทร เช่น พริกไทย เครื่องเทศ ไม้จันทร์ หวายฯ
สินค้าจากยุโรป เช่น เปียร์ กาแฟ โกโก้ พันธุ์ฯ

คนในสมัยก่อนปรุงอาหารเพื่อบริโภคในครัวเรือน บางครั้งอาหารที่ทำมีต้นกำเนิดจากวัฒนธรรม
จีน อินเดีย ตะวันออกกลาง พม่า หรือกัมพูชา ส่วนใหญ่จะกินอยู่ง่าย ๆ เพราะภาคกลางอุดมสมบูรณ์
สามารถหาอาหารตามธรรมชาติได้จากแถวบ้านและในชุมชน ชาวบ้านเก็บผัก จับปลา ซื้อหมูมาเจียว
จากพ่อค้าเร่หรือพ่อค้าในตลาด การซื้ออาหารสำเร็จรูปมีมานานมากแล้ว สามารถซื้อหาได้ทั่วไป (ประยูร
อุลฺลาอะ, 2542) ร้านข้าวแกงในสมัยรัชกาลที่ 5 ไม่ใช่วิถีตักแกงราดข้าว แต่จัดเป็นสำหรับตั้งบนโต๊ะเล็ก ๆ
ยกมาให้รับประทาน สำหรับหนึ่งกินได้ 2-3 คน ราคาอาหารคาว 1-2 สลึง สำหรับราคา 1 สลึง ตั้งบนโต๊ะไม้
ในสำหรับมีแกง ผัด น้ำพริก ผัก ปลาย่าง ราคา 2 สลึง ตั้งบนโต๊ะทองเหลือง จะเพิ่มแกงเผ็ด แกงจืด อาหาร
หวานคิดราคาเดียวกัน (ส. พลายน้อย, 2558)



เยาวราช ในปีพ.ศ. 2491

ในพื้นที่ชุมชนหนาแน่นจะมีตลาดอาหารสด อาหารสำเร็จรูปที่มีคนหาบมาขาย ตั้งแผง หรือตั้ง
ร้าน เช่น แถวท่าช้าง ท่าพระจันทร์ ชุมชนวังหลัง (มนสิชา รุ่งชวลนนท์, 2556) แถวเยาวราช หัวลำโพง
เชิงสะพานพุทธ สนามหลวง นางเลิ้ง บ้านหม้อ บางลำพู ตลาดพลู เมื่อ 70 กว่าปีที่แล้ว ชาวต้มก๊วยราคา
เพียงสามละครึ่งสตางค์ ข้าวสอยหนึ่งสตางค์ (ประยูร อุลฺลาอะ, 2542) กิตติพงษ์ วิโรจน์ธรรมากูร (2548)
บรรยายว่า ห้องเครื่องของวังบางขุนพรหมต้องเลี้ยงดูคนถึง 400 คน ต้องส่งคนไปจ่ายตลาดที่บางลำพูวัน
ละ 2 คน ซื้อมากมายจนต้องจ้างรถเจ๊กมาส่ง แสดงให้เห็นว่า บางลำพูเป็นแหล่งซื้ออาหารที่สำคัญ
สามารถซื้อหาอาหารได้ครบถ้วนตามความต้องการ



โรงหนังนางเลิ้งหรือศาลาเฉลิมธานี (2461-2536) แหล่งความบันเทิงที่เคยสร้างความคึกคักแถวนางเลิ้ง

ในสมัยก่อนร้านอาหารขนาดใหญ่ยังมีน้อย อาหารนอกบ้านส่วนใหญ่อยู่คู่กับความบันเทิง เช่น การขายอาหารและอาหารว่างหน้าและข้าง ๆ โรงภาพยนตร์ โรงลิเก โรงละคร นอกจากนี้ อาหารและขนมหวานง่าย ๆ เช่น ข้าวต้มกุ๊ย ก๋วยเตี๋ยว ถั่วดำใส่กะทิ เต้าส่วน สาकुเปี้ยก ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ผีอกต้ม ถั่วต้ม ใส่หม้อใส่กะละมังสำหรับขายผู้ใช้แรงงาน กุสึแบกข้าวสาร แจกลากรถ คนถีบสามล้อ สามารถนั่งยอง ๆ กินข้าง ๆ หาบ (ประยูร อุลุชาฎะ, 2542)



รถราง (พ.ศ. 2436-2511) สายสามเสนบนถนนเยาวราชใกล้ๆ แยกเฉลิมบุรี

ในช่วงหลังอาหารตามธรรมชาติหายากขึ้น ปลาหรือผักบางประเภทจากแหล่งธรรมชาติหายากขึ้น ต้องซื้อจากตลาดในราคาแพง แต่การคมนาคมที่สะดวกขึ้น เช่น รถประจำทาง รถราง (ประยูร อุลุชาฎะ, 2542) และสินค้าอุตสาหกรรมที่มีขายเพิ่มขึ้น เช่น น้ำซอสปรุงรส น้ำจิ้ม น้ำมันพืช (มาการ์น) เนยเทียม น้ำอัดลม น้ำหวานบรรจุขวด หม้อ กะทะ (อเนก นาวิกมูล, 2559) ทำให้คนไทยมีโอกาสลิ้มลองอาหารที่หลากหลายกว่าเดิม



Little House Bakery on Sukhumvit., 1962

ลิตเติลโฮมเบเกอรี่ สาขาทองหล่อ ในปีพ.ศ. 2505 เบเกอรี่ร้านแรก ๆ ในประเทศไทย

การปรุงอาหาร

หลักพื้นฐาน ตำรับอาหารของหม่อมราชวงศ์เตื่อง สนธิวงศ์ (โรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม, 2511) อธิบายคำสำคัญในการประกอบอาหารไว้ 37 ประการ ประกอบด้วยต้ม หุง ลวก นึ่ง ตุ่น ปิ้ง เผา ย่าง ผัด ทอด จี่ เจียว หั่น ซอย ตัด ฝาน ฉีก ปอก ลอก แล่ เลาะ ชูด ทูบ โขลก คลุก เคล้า นวด ตี คน กวน ขึ้น ฝอย ละเอียด แยก ย่ำ พล่า และหลน ในตำรับนี้บรรยายลักษณะเครื่องปรุงที่ใช้ในการประกอบอาหารและอธิบายส่วนผสมของเครื่องแกงอย่างละเอียด สิ่งที่น่าสนใจคือ เครื่องแกงอื่น มี 1 สูตร แต่แกงส้มมีถึง 6 สูตร (ทั้งของภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคใต้ และสูตรที่เหมาะสมกับปลาที่ความมาก ๆ)

การสร้างสรรคอาหารไทยและการปรุงอาหารต่างชาติ การยอมรับอาหารต่างชาติอย่างแท้จริงนั้น ไม่ใช่เพียงผู้บริโภคประทานในร้านอาหาร แต่จะต้องรับเข้าอาหารนั้นเข้ามาปรุงบริโภคมาในครัวเรือน ในหนังสือ “ของเสวย” ของหม่อมราชวงศ์กิตินัดดา กิตติยากร (2507) มีเมนูไขหลายรายการ ทั้งแบบที่คุ้นเคยกันดี ไข่ดาว ไข่เจียว และแบบที่ใช้เครื่องปรุงต่างชาติ ครีมน เนยแข็ง เบียร์ลิฟ ของเสวยที่ปรุงถวายพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ มีทั้งอาหารไทยที่เป็นกับข้าว กวายเป็นสูตรใหม่ อาหารตะวันตกที่ใช้ส่วนผสมไทยทดแทนหรือชูรสด้วยซอสนานาชาติ (น้ำจิ้มสะเต๊ะ แดงกวาดอง มัสตาร์ด ซอสมะเขือเทศ) ของเสวยส่วนใหญ่คนไทยรู้จักดี เช่น ต้มยำกุ้งสด ปลากระพงต้มยำ ไก่อบพริก ปลาเก๋าทอด ยำถั่วงอก

หนังสือจานอรรยจากปูย่า สูตรโบราณร้อยปี (สมุล ว่องวงศ์ศรี, 2557) เกิดจากการสัมภาษณ์ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจมั่นคงและมีความเชี่ยวชาญทางด้านอาหาร เช่น ดร.มาลดี วสินนท์ (บุญนาค) คุณเสาวลักษณ์ รามสูตร คุณประทีน สถาปิตานนท์ และแพทย์หญิงประสพศรี อึ้งถาวร ประเด็นสำคัญของวัฒนธรรมอาหารไทยที่กล่าวถึง ได้แก่ ความอุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติ การสืบสานตำรับอาหารชาววังและตำรับอาหารของบรรพบุรุษต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน ความแตกต่างของวัฒนธรรมในภาคต่าง ๆ ความหลากหลายทางวัฒนธรรมนานาชาติ การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนวัฒนธรรม และความภาคภูมิใจในอาหารไทย

คุณประทีน สถาปิตานนท์และแพทย์หญิงประสพศรี อึ้งถาวร บุตรสาวของพระไพฑูรย์สถาปิต ข้าราชการบริพารในสมัยรัชกาลที่ 6 เล่าว่า คุณพ่อย้ายมาอยู่แถวนางเลิ้งเมื่อประมาณ 70 กว่าปีที่แล้ว สมัย

นั้นนางเลี้ยงเป็นเรือกวสวไร่นา มีคู คลอง ต้องใช้เรือในการเดินทาง รอบบ้านมีสวนกล้วย มะม่วง มะขาม ปลูกไว้สำหรับบริโภคและขาย ในบ้านมีสระน้ำสำหรับตกปลา ตำรับอาหารโบราณที่ได้รับและถ่ายทอดต่อไปยังรุ่นหลัง ๆ มาจากการถ่ายทอดของพี่สาวคุณแม่ซึ่งอยู่ในวัง อาหารสมัยก่อนหาซื้อยาก ต้องทำเอง เครื่องปรุงบางอย่างปลูกเองในบ้าน การจัดสำรับจะแยกเด็กกับผู้ใหญ่ อาหารเด็กเป็นอาหารง่าย ๆ ไข่ต้ม ไข่เจียว หมูทอด แกงจืดใบตำลึง นอกจากนี้ การทำอาหารยังผูกพันกับการถวายอาหารพระสงฆ์ที่วัด โสมนัสวิหารที่อยู่ใกล้บ้าน การจัดสำรับคาวหวานและการเลือกใช้ภาชนะต้องเหมาะสมตามสมณศักดิ์

อาหารในบ้านของดร.มาลตี วสินนท์ (บุณนาค) (อายุ 80 ปี) แสดงให้เห็นถึงการสืบทอดองค์ความรู้จากบรรพบุรุษและความหลากหลายทางวัฒนธรรมก่อนยุคโลกาภิวัตน์ ต้นตระกูลบุณนาคเป็นแขก เจ้าเซ็นชาวอาหรับจากประเทศเปอร์เซียที่เข้ามารับราชการตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา การอาศัยอยู่ยาวนานในประเทศไทยทำให้ตระกูลห่างจากวัฒนธรรมดั้งเดิมและกลายเป็นคนไทยแท้ “ข้าวบุหรี” อาหารจานเด่นประจำบ้าน สันนิษฐานว่าเข้ามาพร้อมกับการอพยพของคนอินเดียและมุสลิม ชื่อ “ข้าวบุหรี” อาจเพี้ยนมาจากคำว่า “ข้าวบุเหรา” “ข้าวบุหลี” “ข้าวบุรี” ของคนมุสลิม หรือมาจาก “Pilaf” (บิลาฟ) ข้าวหุงใส่เครื่องเทศของอินเดีย จานเด่นอีก 2 อย่าง คือ “ขนมเป็ญญวน” และ “ขนมเต่า” ที่มาจากวัฒนธรรมจีน

คุณเสาวลักษณ์ งามสูตร (อายุ 80 ปี) บ้านอยู่แถวสำเหร่ เล่าว่า สมัยสาว ๆ ไม่มีส้มตำอีสาน ที่บ้านกินส้มตำไทยกับข้าวมันหุงด้วยกะทิ รสมันและเค็มนิด ๆ ส้มตำไทยตำกับครกหินไม่ใช่ครกดินเผา เส้นมะละกอตัดฝอยบาง ใส่พริกแห้งให้สีสวย ปรุงรสด้วยน้ำส้มมะขามและน้ำตาลปี๊บ รสหวานอมเปรี้ยว โรยกุ้งแห้งตำ แตกต่างจากส้มตำอีสานซึ่งรสจัดจ้านกว่า เพราะใส่พริกขี้หนู ปู ปลาร้า ส้มตำอีสานเข้ามาพร้อมกับแรงงาน ทำกินกันเอง ต่อมามีการตั้งแผงเล็ก ๆ ขายคนงานด้วยกัน ปัจจุบันส้มตำเป็นอาหารที่นิยมทั่วประเทศและแพร่ไปยังต่างประเทศ นอกจากนี้ คุณเสาวลักษณ์ยังเล่าว่า เมื่อก่อนอุดมสมบูรณ์มาก บ้านอยู่ริมคลอง จับกุ้งแม่น้ำได้ตัวใหญ่มาก แต่ชีวิตไม่สะดวกเหมือนในปัจจุบัน อยากกินอะไรต้องทำเอง แม้กระทั่งเส้นก๋วยเตี๋ยวต้องไม่แบ่งเองแล้วนั่งที่ละกาด

ในการปรุงอาหาร ผู้ปรุงมุ่งหวังให้ผู้รับประทานเกิดความอร่อยและได้คุณค่าทางอาหารครบถ้วน แต่อย่างไรก็ดี ผู้ปรุงแต่ละคนมีหลักการของตนเอง หม่อมราชวงศ์กิตินัดดา กิตติยากร (2507) กล่าวว่า ในยุคนั้นผู้บริโภคกำลังนิยมประโยชน์ของการบริโภคกระเทียม ท่านไม่เห็นด้วยกับการปรุงอาหารที่ใส่กระเทียมมาก ๆ เพราะจะทำให้เสียรสชาติของอาหาร สมัยเด็ก ๆ เยี่ยงเตาไฟ ก๋วยเตี๋ยวเนื้อจัวไม่ใส่กระเทียม ขนมหม้อแกงไม่โรยหอมเจียว ของว่างเช่นกรอบเค็มไม่ใส่กระเทียม ท่านไม่นิยมใส่กระเทียมในอาหารทุกอย่าง

การนำเสนอ

ตำรับอาหารของหม่อมราชวงศ์เตื่อง สนิทวงศ์ (โรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม, 2511) ได้ยกตัวอย่างสำรับอาหาร ซึ่งแต่ละสำรับแสดงถึงทัศนคติที่มีต่อการบริโภค องค์ประกอบในการบริโภค และสังคมวัฒนธรรม ดังนี้

- *สำรับอาหารที่รับประทานกันอย่างธรรมดา* ซึ่งไม่ต้องการแสดงความฟุ่มเฟือย จะประกอบด้วยแกงเผ็ดไก่ ปลาสุกทอดปรุงเครื่อง ยาส้มโอหรือผัดเปรี้ยวหวาน และมีเครื่องจิ้ม ซึ่งประกอบด้วยน้ำพริก ผักต้มกะทิหรือผักสด และปลาย่างหรือปลาทุ

- สำหรับที่พุ่มเฟื้อย จะเติมผัดที่มีรสเค็ม ๆ หวาน ๆ เครื่องจิ้ม น้ำพริก ผักต้ม ที่เข้าชุดกัน และของหวาน 2 อย่าง
- สำหรับสำหรับเลี้ยงพระ ประกอบด้วย ของคาว 6-8 อย่าง จำเป็นต้องมีแกงเผ็ดแกงจืด ของหวาน 5-6 อย่าง และของน้ำ 1 อย่าง
- อาหารสำหรับเลี้ยงแขก โดยมากไม่จัดสำหรับ แต่จัดเป็นชุด ประกอบด้วย ของคาว 5-8 อย่าง ของหวานอย่างมาก 3 อย่าง และผลไม้ ในอาหารชุดใหญ่ อาหารที่จำเป็นต้องมี คือ แกงเผ็ด แกงจืด ของนึ่ง ของทอด ของปิ้ง ของย่าง และเครื่องจิ้มที่เหมาะสมกับกาล

หม่อมหลวงปอง มาลากุล (2501) แนะนำหลักสำคัญในการจัดอาหารไว้คล้าย ๆ กัน คือ อาหารชุดหนึ่งไม่ควรมีอาหารประเภทเดียว (ไม่ควรจัดแกงเนื้อ ผัดเนื้อ ยำเนื้อ) รสเดียว (มีเปรี้ยว ต้องมีเค็ม มีแต่กะทิก็เลี่ยน) และต้องมีปริมาณและคุณค่าที่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย ดังนั้น การจัดอาหารแต่ละมื้อควรแบ่งอาหารอย่างเหมาะสม เช่น

- อาหารเช้า ควรเป็นอาหารง่าย ๆ เบา ๆ ซา กาแฟ ขนมปังทาเนย แยม และไข่ หรือข้าวกับไข่เจียวและแกงจืด
- อาหารกลางวัน ควรเป็นอาหารหนักเช่นเดียวกับมื้อเย็น แต่ปริมาณน้อยกว่า เพราะแม่บ้านมักอยู่รับประทานคนเดียว อาหารว่างตอนบ่าย ควรเป็นของคาว 1-2 อย่าง เป็นของแห้งและของน้ำ ของหวาน 1 อย่าง หรือผลไม้
- อาหารเย็น ควรจัดอย่างเต็มที่ ประกอบด้วย 1) แกงเผ็ดหรือแกงที่ไม่ใช่แกงจืด 2) เครื่องจิ้ม ผัก และปลา ทั้งชุดต้องเข้ากันได้ ไม่ใช่เอาปลาหมูมาจิ้มปลาร้า 3) ผัดหรือยำที่มีรสแตกต่างจากอาหารอื่น 4) อาจมีอาหารเบา ๆ อีกอย่างก็น่าจะพอ ถ้ามีแขกหรือวันพิเศษ อาจมีของหวานน้ำ 1 แห่ง 1 และผลไม้

ตัวอย่างข้างต้นแสดงให้เห็นว่า สำหรับอาหารไทยประกอบด้วยอาหารที่มีรสชาติและรูปแบบที่ประสมประสานกันเพื่อให้เกิดความอร่อย ความเพลิดเพลินในการบริโภค และได้คุณค่าทางอาหารที่ครบถ้วน สำหรับอาหารไทยมิให้เลือกหลายแบบ สามารถปรับรายการอาหารในแต่ละมื้อให้เหมาะสมกับฐานะทางสังคมเศรษฐกิจของผู้จัดหาและผู้บริโภค โดยอาหารพื้นฐานที่ขาดไม่ได้ คือ ข้าว น้ำพริก และผัก (คึกฤทธิ์ ปราโมช, 2535; ประยูร อุลุชาฎะ, 2542)

กับข้าวจะอร่อยหรือไม่ขึ้นอยู่กับคุณภาพของข้าว ข้าวสวยร้อน ๆ นุ่ม ไม่แฉะเกินไป ไม่แข็งเกินไป มียาง คนไทยสมัยก่อนชอบกินข้าวใหม่มาก เพราะหอม นุ่ม มีรสหวานตามธรรมชาติ ข้าวที่ปลูกในไทยมีอยู่หลายพันธุ์ ความนิยมในแต่ละยุคแต่ละพื้นที่มีอาจแตกต่างกันไป (ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์, 2545)

ฌ็อง-บัติสต์ ปาลเลกัวซ์ (Jean-Batiste Pallegoix) (2552) บันทึกในสมัยรัชกาลที่ 4 ว่า

“ข้าวมีอยู่ด้วยกันไม่ต่ำกว่า 20 ชนิด สรุปลแล้วมีอยู่ 4 ชนิดที่สำคัญ คือ ข้าวเจ้า ข้าวเหนียว ข้าวไร่ และข้าวแดง ... เขากินกับแกงคั่ว เป็นคำ ๆ แทนขนมปัง ข้าวเหนียวเป็นอาหารที่พวกลาวชอบบริโภค คนไทยและคนจีนมักเอาไว้ใช้ทำขนม ทั้งชนิดไม่ปนเป็นแป้งและชนิดเม็ด ... ข้าวไร่ที่ปลูกกันตามภูเขานั้นเป็นพันธุ์ที่แปลกออกไป กล่าวคือไม่

จำเป็นต้องปักโคนต้นลงในน้ำเพื่อหล่อเลี้ยงให้มันเติบโตและสุก จึงเป็นสิ่งที่ประเสริฐ
มากสำหรับหมู่ชนที่อาศัยอยู่ในที่ราบสูง ส่วนข้าวแดง (อาจหมายถึงข้าวเหนียวดำ) มัก
ใช้ทำขนมเท่านั้น”

พระราชหัตถเลขาของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวถึงสมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรม
พระวชิรญาณวโรรส แสดงให้เห็นว่า ท่านทรงโปรดข้าวใหม่มาก เสวยข้าวอื่นทรงรู้สึกว่ายากลำบาก มีผู้
สันนิษฐานว่า ข้าวที่พระองค์ทรงโปรดอาจเป็นข้าวใหม่พันธุ์ “ข้าวทองระย้า” (ส. พลายน้อย, 2559)

ในปีพ.ศ. 2475 “ข้าวปิ่นแก้ว” ชนะการประกวดการแข่งขันพันธุ์ข้าวระดับโลก แต่ปัจจุบันคน
ไทยและคนต่างชาตินิยมรับประทาน “ข้าวหอมมะลิ” ซึ่งเดิมเป็นข้าวพันธุ์พื้นเมืองปลูกในที่ดอนของ
อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา ในระหว่างปีพ.ศ. 2486-2503 ยังมีพื้นที่ปลูกไม่กี่ตำบลในอำเภอบาง
คล้า ข้าวหอมมะลิหรือข้าวหอมมะลินุ่มและหอมมาก ชาวนาใช้รับแขกหรือขาย เพราะมีราคาดีมาก ต่อมา
มีการคัดเลือกพันธุ์และส่งเสริมให้ปลูกทั่วไป (ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์, 2545) เนื่องจากพื้นที่ภาคกลางส่วนใหญ่
เป็นที่ลุ่มจึงไม่เหมาะกับการปลูกข้าวหอมมะลิ นอกจากนี้ ปลายังถือเป็นอาหารหลักของคนไทย
พิจารณาจากความหลากหลายของวิธีการปรุงและการถนอมอาหาร ได้แก่ ปิ้ง ย่าง ทอด ลวก ต้ม รมควัน
ตากแห้ง หมัก น้ำปลา ปลาร้า ปลาจ่อม ปลาเผา ปลาต้ม (ชนัญ วงษ์วิภาค & สุชาดา วราห์พันธ์, 2548)

การเก็บรักษา

คนไทยชอบรับประทานอาหารสด ซึ่งหาได้ง่ายและมีราคาถูก ในตำหรับขนมของหวานวังหลวง
ของคุณหญิงสรเสียงมงคลการ (2483) มีการอธิบายถึงวิธีการถนอมอาหาร ผัก และผลไม้เพื่อรับประทาน
นอกฤดูกาลหรือใช้เป็นเครื่องปรุงในการทำอาหารในวันต่อ ๆ ไป ผลไม้สามารถเก็บรักษาได้ด้วยการหมัก
และกวน ผักสามารถเก็บรักษาด้วยการดองเปรี้ยว ดองเค็ม หรือดองหวาน นอกจากนี้ ยังมีวิธีการแปรรูป
เพื่อใช้เป็นเครื่องปรุง เช่น ถั่วเหลืองใช้ทำเต้าเจี้ยวและซีอิ๊ว เต้าหู้ใช้ทำเต้าหู้ยี้

เหตุการณ์ที่สัมพันธ์กับการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ

ประเทศไทยมีการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมหลายครั้ง การวิจัยนี้พิจารณาเหตุการณ์
ในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 และสงครามเวียดนาม ซึ่งคนไทยมีโอกาสปฏิสัมพันธ์กับคนชาติโดยตรง โดย
การปฏิสัมพันธ์ถือเป็นองค์ประกอบพื้นฐานของการแลกเปลี่ยนและยอมรับวัฒนธรรม

สังคมไทยในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2

ความสัมพันธ์ระหว่างไทยกับญี่ปุ่นมีหลักฐานตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา ไทยกับญี่ปุ่นมีความสัมพันธ์
ทางการทูตและการค้า มีชาวญี่ปุ่นเข้ามาอาศัยอยู่ในกรุงศรีอยุธยาเพื่อทำการค้าและรับราชการ ถึงแม้
ความสัมพันธ์ทางการทูตหยุดลงเมื่อญี่ปุ่นปิดประเทศ และมาเริ่มต้นใหม่ในรัชกาลที่ 5 ความสัมพันธ์
ทางการค้ายังคงดำเนินเรื่อยมา เมื่อสงครามโลกครั้งที่สองใกล้เริ่มต้น ญี่ปุ่นเล็งเห็นความสำคัญทาง
ยุทธศาสตร์ของไทยจึงพยายามผูกมิตรด้วยการให้ความช่วยเหลือในด้านต่าง ๆ เมื่อไทยตกเป็นพันธมิตร
กับญี่ปุ่นในสงครามโลกครั้งที่สอง การเข้ามาของกองทัพญี่ปุ่นส่งผลทางการเมืองไม่มากนัก แต่ทางด้าน
สังคมและเศรษฐกิจไทยได้รับผลกระทบอย่างรุนแรง การค้าภายในและนอกประเทศของไทยต้อง
หยุดชะงัก เกิดภาวะเงินเฟ้อ ราคาสินค้าสูงขึ้นหลายเท่าตัว มีปัญหาคอร์รัปชัน เกิดการค้าตลาดมืด การ
กักตุนสินค้า การลักขโมย มีการใช้อำนาจทหารญี่ปุ่นในการกลั่นแกล้งคนไทยด้วยกัน การศึกษาต้อง

หยุดชะงักเพราะทหารญี่ปุ่นใช้โรงเรียนเป็นที่ทำการและนักเรียนต้องหลบระเบิดไปอยู่ที่อื่น การเสียชีวิตและความเสียหายของบ้านเมืองและทรัพย์สินจากการทิ้งระเบิดของพันธมิตร (ธานี สุขเกษม, 2522) หลังสงครามเลิก ทหารญี่ปุ่นทิ้งสิ่งของเครื่องใช้ไว้มากมาย แต่ของเหล่านั้นสูญหาย เสื่อมสภาพ หลงเหลือไม่มากนักในปัจจุบัน แต่จากหลักฐานบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างไทยและญี่ปุ่นในช่วงสงครามไม่ใช่มีแต่เรื่องเลวร้ายเพียงอย่างเดียว ทหารญี่ปุ่นพยายามเป็นมิตรกับคนไทย ทำให้คนไทยในหลายพื้นที่จึงมีทัศนคติในทางบวกต่อทหารญี่ปุ่น (ชีวิสิทธิ์ บุญเกียรติ, 2556)

ในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 มีภาวะขาดแคลนอาหาร เพราะทหารญี่ปุ่นต้องการอาหารจากไทยเป็นจำนวนมาก อาหารที่ไทยเคยนำเข้าจากยุโรป เช่น แป้ง นม นมข้น โกโก้ โอวัลติน น้ำตาลทราย ไม่สามารถนำเข้ามาได้ ภาษีมีอัตราสูงขึ้น การลดค่าเงินบาททำให้เกิดภาวะเงินเฟ้อ ข้าวของมีราคาแพงและขาดแคลน ราคาข้าวสารสูงขึ้นถึง 1,200 เปรอร์เซ็นต์จากก่อนสงคราม สินค้าส่งออกของไทยได้รับความเสียหายไปด้วย ทำให้คนไทยเดือดร้อนมากในช่วงสงคราม จอมพลแปลก พิบูลสงคราม นายกรัฐมนตรีพยายามแก้ปัญหาโดยเน้นเรื่องปากท้องเป็นหลัก เพราะต้องการให้ประชาชนกินดีอยู่ดี มีอาชีพ ต้องการให้หย่อนค่าภาษี รื้อจุกค้าขาย และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ นอกจากนี้ จอมพลป.ต้องการสร้างเอกลักษณ์ไทย โดยกำหนดว่า ผู้รักษาต้องกินอาหารไทย (แถมสุข นุ่มนนท์, 2544)

รัฐบาลมีการสนับสนุนให้ชาวบ้านที่ยากจนปลูกพืชผักสวนครัว เลี้ยงหมู เป็ด ไก่เพื่อกินเนื้อและไข่ จะได้แข็งแรง ขุดบ่อเลี้ยงปลา ปลูกผลไม้ มีการแจกจ่ายพันธุ์สัตว์และเมล็ดพืช ไม่ต้องการให้คนไทยกินแต่ข้าวกับน้ำพริก ไม่อยากให้กินไปไม่ สัตว์เลี้ยงคลาน ต้องการให้คนไทยค้าขาย เพราะไม่ต้องการให้การค้าตกอยู่ในมือคนต่างชาติเพียงอย่างเดียว และมีการสนับสนุนให้ขายอาหาร เช่น ก๋วยเตี๋ยว จะได้มีรายได้มากขึ้น สามารถพึ่งตนเอง มีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น (อุบล จิระสวัสดิ์, 2517) บุตรของจอมพลป. กล่าวว่า พ่อต้องการสนับสนุนให้บริโภคอาหารที่มีประโยชน์ในช่วงสงคราม “ผัดไทย” จึงเป็นอาหารที่ถูกเลือกสรรมาขึ้นมาจากครัวของที่บ้าน เนื่องจากมีคุณค่าทางอาหารครบถ้วน (Greeley, 2009) ผัดไทยเป็นหลักฐานที่ดีของอาหารข้ามวัฒนธรรมไทย-จีนที่มีประโยชน์ต่อผู้บริโภค มีแบ่งจากเส้น โปรตีนจากไข่และเนื้อสัตว์ วิตามินและเกลือแร่จากผักและเครื่องปรุง เป็นก๋วยเตี๋ยวที่มีชื่อว่า “ผัดไทย” จากการปรับชื่อให้เหมาะสมกับกระแสนิยมในช่วงนั้น

แต่เดิมข้าวเป็นสินค้าส่งออกหลักของประเทศไทย หลังจากรัฐบาลจอมพลป.ใช้นโยบายส่งเสริมการผลิตอาหารในครัวเรือน ทำให้มีการเพิ่มจำนวนพืชเศรษฐกิจ และมีการทำเกษตรกรรมอย่างจริงจัง ทำให้ประเทศไทยมีการส่งออกอาหารสดและผลิตภัณฑ์อาหารมากเป็นอันดับต้น ๆ ของโลก นอกจากนี้ นโยบายการอาหารยังทำให้เกิดเมนูอาหารใหม่ ๆ เมื่อเนื้อสัตว์ขาดแคลน มีราคาแพง เมื่อทำแกงจืด ถ้าไม่มีหมูก็ใส่ไข่แทน เกิดเป็นเมนู “แกงจืดไข่น้ำ” ที่นิยมมากในช่วงสงคราม (ชาติชาย มุกสง, 2558)

สังคมไทยในสมัยสงครามเวียดนาม

สงครามเวียดนามเริ่มต้นปลายปีพ.ศ. 2498 ผู้นำไทยยินยอมให้ทหารอเมริกันจำนวนมากเข้ามาประจำการในไทย และอนุญาตให้ใช้สนามบินที่ดอนเมือง โคราซ นครพนม อุดรธานี อุบลราชธานี น้ำพอง อุตะเถา และตากลิ เพื่อผลประโยชน์ในแง่ความช่วยเหลือทางการเงิน เทคโนโลยีทางการทหาร และการป้องกันประเทศจากคอมมิวนิสต์ ทหารอเมริกันเข้ามาตั้งฐานทัพอากาศในกองบิน 4 อำเภอตากลิในปีพ.ศ. 2504 และอยู่ในจนถึงปีพ.ศ. 2519 หลังพ่ายแพ้สงคราม 1 ปี การเลือกศึกษาการยอมรับวัฒนธรรมอาหารตะวันตกจากผู้บริโภคในตากลิ เนื่องจากตากลิเป็นสังคมขนาดเล็ก จึงคาดว่าน่าจะเห็นผลกระทบจากการที่ทหารอเมริกันหลายคนเข้ามาปฏิสัมพันธ์กับคนไทยอย่างชัดเจน

กองบิน 4 มีมาก่อนสงครามเวียดนาม โดยสนามบินถูกก่อสร้างขึ้นมาในปีพ.ศ. 2486 ตามข้อเรียกร้องของทหารญี่ปุ่นในสมัยสงครามโลกครั้งที่สอง เนื่องจากพื้นที่ในตาคลีที่มีภูมิประเทศเกือกลทางยุทธศาสตร์การทหาร มีแนวภูเขาขนานสามารถจัดวางกำลังป้องกันการโจมตีทางอากาศและทางภาคพื้นได้อย่างดี นอกจากนั้น ตาคลีมีเส้นทางคมนาคมไม่ห่างไกลจากดอนเมืองสามารถทำการขนส่งลำเลียงทางอากาศเชื่อมโยงทุกสนามบินได้อย่างรวดเร็ว หลังสงครามโลกครั้งที่ 2 สนามบินตาคลีและที่ดินทั้งหมดจึงตกอยู่ในความครอบครองดูแลของกองทัพอากาศ ในปีพ.ศ. 2496 กองทัพอากาศได้ย้ายกองบินน้อยที่ 4 จากลพบุรี มาตั้งที่สนามบินตาคลีเพื่อเตรียมเสริมศักยภาพในการใช้กำลังทางอากาศให้มีความพร้อมรบมากขึ้น ในช่วงสงครามเวียดนาม ระหว่างปีพ.ศ. 2507-2516 และระหว่างปีพ.ศ. 2517-2518 ประเทศไทยให้ความช่วยเหลือกองทัพอากาศสหรัฐอเมริกาและเวียดนามใต้ โดยจัดกองกำลังทหารเข้าร่วมสงครามอำนวยความสะดวกกองทัพอากาศสหรัฐฯ และใช้สนามบินตาคลีเป็นฐานที่ตั้งวางกำลังจนสงครามเวียดนามสิ้นสุด กองทัพอากาศฯ ถอนกำลังออกจากประเทศไทยทั้งหมด (นักรบแดนจาง, 2559)

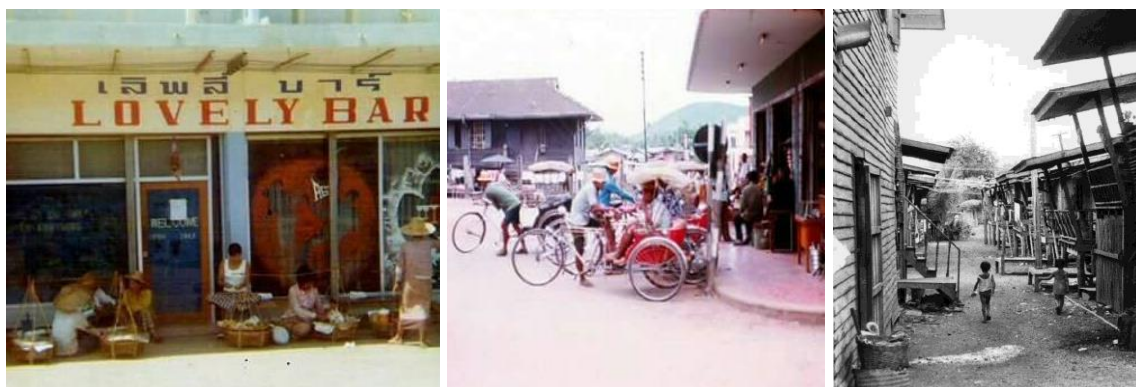


กองบัญชาการของกองทัพอากาศสหรัฐฯ ณ ฐานบินตาคลี

การเข้ามาตั้งฐานทัพในประเทศไทยมีความสำคัญในแง่ยุทธศาสตร์ทั้งฝ่ายไทยและสหรัฐอเมริกา ดังนั้น รัฐบาลจึงมีการควบคุมข้อมูลข่าวสาร และควบคุมการเดินทางออกนอกพื้นที่ของทหารอเมริกัน ผู้สื่อข่าวเลือกจะไม่รายงานความเป็นไปของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพราะอาจกระทบกระเทือนผลประโยชน์ของชาติ (พวงทอง รุ่งสวัสดิทรัพย์ ภาวครพันธุ์, 2549) ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างคนไทยกับทหารอเมริกันจำกัดอยู่ในวงแคบ คนไทยที่อยู่นอกพื้นที่ตั้งฐานทัพไม่ค่อยทราบข่าวสารเกี่ยวกับทหารอเมริกันและสงครามเวียดนาม

งบประมาณของรัฐบาลสหรัฐฯ ถูกนำมาใช้ในการดูแลการทหาร สร้างหรือปรับปรุงระบบสาธารณูปโภคพื้นฐานของไทย เช่น ถนน ไฟฟ้า ชลประทาน และสาธารณสุข และมีการสนับสนุนทางด้านการศึกษา ทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทยดีขึ้นและเศรษฐกิจในพื้นที่รอบฐานทัพขยายตัวเพิ่มขึ้นหลายเท่าตัว มีอาชีพและกิจการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมากมายเพื่อสร้างความสะดวกสบายให้ทหารอเมริกัน (พงษ์ศักดิ์ ปัตถา, 2550) อาชีพที่เพิ่มขึ้นในช่วงนั้น ได้แก่ แม่บ้าน เมียเช่า คนถือสามล้อ แท็กซี่รับจ้าง ยามช่างไฟฟ้า ช่างประปา คนงานก่อสร้าง เป็นต้น กิจการที่เพิ่มขึ้น ได้แก่ โรงแรม บาร์ ไนต์คลับ อับอบนวด ร้านอาหาร การเปิดสาขาธนาคาร สถานบันเทิงอื่น ๆ และบ้านเช่าเกิดขึ้นมากมายและเติบโตอย่างรวดเร็ว ความเจริญยังส่งผลต่อภาคเกษตรกรรม คือ มีการเพาะปลูกพืชเพิ่มขึ้นหลายอย่างเพื่อป้อนโรงงาน

อุตสาหกรรม ความเจริญทำให้คนจากท้องที่อื่นอพยพย้ายเข้ามาทำงานในตากลีเป็นจำนวนมาก หากแต่เศรษฐกิจหดตัวลงมากหลังการถอนฐานทัพออกไป



สภาพแวดล้อมช่วงสงครามเวียดนาม (สถานบันเทิง พาหนะเดินทางในตากลี ตรอกบ้านเช่า)

โดยสรุป วัฒนธรรมอาหารไทยเกิดจากองค์ความรู้ภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ วัฒนธรรมไทยในภาพรวม และความอุดมสมบูรณ์ของแผ่นดินไทย ดังนั้น พฤติกรรมผู้บริโภคที่แสดงออกมาจะถูกกำหนดด้วยสภาพแวดล้อมและผู้คนในสังคม บรรพบุรุษมีการธำรงรักษาสิ่งที่มีคุณค่าและถ่ายทอดต่อมายังคนรุ่นหลัง ในอดีตหนังสือและสื่ออื่นมีน้อย ดังนั้น การถ่ายทอดส่วนใหญ่ผ่านความสัมพันธ์ส่วนบุคคล การสังเกตบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด การบอกปากต่อปาก และการลิ้มลองรสชาติ นอกจากนี้ วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องแสดงให้เห็นชัดเจนถึงการยอมรับวัฒนธรรมชาติอื่น แต่จะเลือกรับเฉพาะบางอย่าง และมีการปรับแต่งให้ตรงกับความต้องการและสถานการณ์ บางครั้งเป็นการผสมผสานหลายวัฒนธรรมพร้อม ๆ กัน

อาหารดั้งเดิมของไทยมีคุณค่าทางอาหารสูง มีสารอาหารครบทุกหมู่ มีสมุนไพรที่เป็นยาป้องกันและรักษาโรค แต่ประเทศไทยมีแนวโน้มปัญหาน้ำหนักและโรคอ้วนรุนแรงขึ้น มีความรุนแรงสูงกว่าภาวะขาดสารอาหารถึง 2 เท่า ปัญหานี้เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารที่มีพลังงานสูง ไขมัน เกลือ น้ำตาลมากเกินไป คนไทยกว่า 80 เปอร์เซ็นต์บริโภคผักและผลไม้ต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน และมีแนวโน้มบริโภคอาหารสดน้อยลง ประกอบอาหารน้อยลง และบริโภคอาหารสำเร็จรูปมากขึ้น สัดส่วนของการบริโภคอาหารสำเร็จรูปของคนไทยมากกว่าคนชาติอื่นในอาเซียนและเป็นอันดับต้น ๆ ในโลก พฤติกรรมผู้บริโภคลักษณะนี้มีโอกาสทำให้เป็นโรคอ้วนและโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มขึ้น เพราะอาหารสำเร็จรูปมีไขมัน เกลือน้ำตาลสูง และผักต่ำกว่ามาตรฐาน (วาทีณี คุณเผือก, พเยาว์ ผ่องสุข, ภาวิน ตันตยาภิรักษ์, & สุภัตดา พงษ์อุทธา, 2558) ความเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลต่อคุณค่าของวัฒนธรรมอาหารไทยเป็นอย่างยิ่ง

บทที่ 3

ระเบียบวิธีวิจัย

คำถามการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ตั้งใจจะตอบคำถามว่า “วัฒนธรรมอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติเป็นอย่างไร และการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติก่อนปีพ.ศ. 2498 มีหรือไม่ อย่างไร”

กระบวนทัศน์การวิจัย

กระบวนทัศน์ของการวิจัย (Research paradigm) แสดงถึงธรรมชาติขององค์ความรู้ แนวทาง และวิธีการได้มาซึ่งองค์ความรู้ที่มีคุณค่า การวิจัยเชิงคุณภาพเกิดจากการสร้างสรรค์องค์ความรู้ (Constructivism) จากการตีความความหมาย (Interpretation) ของข้อมูลหรือความจริงซึ่งแตกต่างกันตามโลกทัศน์ของผู้ให้สัมภาษณ์ เพราะผู้ให้สัมภาษณ์มีความรู้ วิถีชีวิต และสภาวะแวดล้อมที่แตกต่างกัน (Creswell, 2007; Denzin & Lincoln, 2005) โดยระเบียบวิธีวิจัยครั้งนี้ใช้หลักปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenology) เป็นแบบแผนในการศึกษาและนำเสนอเรื่องราวของผู้สูงอายุไทยภาคกลางเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทยก่อนปีพ.ศ. 2498 โดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยคำถามกึ่งโครงสร้าง และการเก็บรวบรวมข้อมูลจนได้รายละเอียดลึกซึ้งของวัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลางก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ

ปรากฏการณ์วิทยา

ปรากฏการณ์วิทยาเป็นหนึ่งในแบบแผนของการวิจัยเชิงคุณภาพที่ให้ความสำคัญกับปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์ของผู้ที่เกี่ยวข้อง เพราะการรับรู้ของคนทำให้เกิดความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ รอบตัว การศึกษาโครงสร้างของการรับรู้ของคนจะสามารถอธิบายโลกของคนเหล่านั้นได้ ปรากฏการณ์วิทยาสนใจสิ่งที่สมาชิกในสังคมทำในแต่ละวัน โลกหรือสังคมเกิดจากประสบการณ์ของสมาชิกทุกคน โลกไม่ได้เกิดจากกรอบหรือหลักเกณฑ์ที่ตั้งขึ้นมาในการศึกษา แต่เกิดจากความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดจากประสบการณ์ของสมาชิกในสังคม (Gubrium & Holstein, 2000) ดังนั้น ปรากฏการณ์วิทยาจะไม่กำหนดสมมติฐานหรือใช้ทฤษฎีในการกำหนดแนวทางการค้นหาความจริงที่ศึกษา ใช้การลงพื้นที่หาข้อมูลเชิงลึก โดยมีแนวทางเพียงเล็กน้อยเพื่อกำหนดทิศทางของการศึกษา และอนุมานความจริงจากข้อมูลที่ได้รับ

กระบวนการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ให้ความสำคัญกับความถูกต้องชัดเจน และความเชื่อถือได้ซึ่งเป็นจุดอ่อนของการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีการศึกษาอย่างเป็นระบบและสามารถตรวจสอบได้ กระบวนการวิจัยมีขั้นตอนดังต่อไปนี้

ตารางที่ 3.1 กระบวนการวิจัย

กระบวนการ	กิจกรรม	หลักการ
การเก็บรวบรวมข้อมูล	- การทำความเข้าใจบริบทการวิจัย - การศึกษาวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง - การออกแบบเครื่องมือวิจัย - การตรวจสอบสามเส้า - การคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์	- เพื่อทำความเข้าใจประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องกับบริบทการวิจัย - เพื่อศึกษาองค์ความรู้ที่จำเป็นในการออกแบบการวิจัย - เพื่อกำหนดโครงสร้างของคำถามและข้อคำถามในการสัมภาษณ์ - เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจอย่างถ่องแท้ในประเด็นที่ศึกษาและสามารถตอบคำถามการวิจัย - เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีคุณค่า ตรงประเด็น และสามารถตอบคำถามการวิจัย
การจัดการข้อมูล	- การบันทึกเสียงการสัมภาษณ์ - การจดบันทึก - การใช้เทคโนโลยีเพื่อบันทึก จัดเก็บ และเข้าถึงข้อมูล	- เพื่อรับประกันว่าข้อมูลที่ได้มีความถูกต้องชัดเจน สามารถอ้างอิงแหล่งที่มาของข้อมูล และสะดวกในการเข้าถึงข้อมูล
การวิเคราะห์ข้อมูล	- การวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis)	- เพื่อนำเสนอความจริงของผู้ให้สัมภาษณ์ได้อย่างถูกต้องและเชื่อถือได้ เป็นประโยชน์ต่อการทำความเข้าใจวัฒนธรรมอาหารไทย
การสร้างความถูกต้องชัดเจนและความเชื่อถือได้ (จะอธิบายอย่างชัดเจนในส่วนต่อไป)		

ที่มา: กระบวนการวิจัยนี้สรุปโดยผู้วิจัย

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้ศึกษาวัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 โดยเน้นการตรวจสอบแบบสามเส้าข้อมูล โดยกำหนดผู้ให้สัมภาษณ์ 1) ความแตกต่างตามพื้นที่ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 66 ปีขึ้นไป ที่มีภูมิลำเนาและอยู่อาศัยใน 5 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตาคลี) และพิษณุโลก ทั้งในชุมชนหลักและพื้นที่ห่างไกลซึ่งมีความแตกต่างทางลักษณะทรัพยากร วิธีการบริโภค วิธีการปรุง วิธีชีวิต ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมชุมชน ทั้ง 5 จังหวัดถือเป็นจังหวัดสำคัญในภาคกลางที่สามารถแสดงให้เห็นวัฒนธรรมอาหารภาคกลางได้ และ 2) ความแตกต่างของลักษณะเฉพาะ ได้แก่ ชายหญิง ศาสนา สถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ และความเชี่ยวชาญ โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้สัมภาษณ์ 89 คนทำในระหว่างปีพ.ศ. 2557-2559 ระยะเวลาในการศึกษาทั้งหมด 2 ปี

กรุงเทพมหานคร เป็นเมืองหลวงของประเทศไทยมาตั้งแต่ปีพ.ศ. 2325 พื้นที่ปัจจุบันเป็นการรวมกันของจังหวัดธนบุรีกับจังหวัดพระนคร ธนบุรีตั้งอยู่ทางฝั่งตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยาตรงข้ามกับพระนครมาตั้งแต่สมัยกรุงธนบุรี โดยในปีพ.ศ. 2514 ได้มีการรวมเป็น “นครหลวงกรุงเทพธนบุรี” และใน

ปีพ.ศ. 2515 เปลี่ยนชื่อเป็น “กรุงเทพมหานคร” ในสมัยกรุงศรีอยุธยา กรุงเทพฯ หรือบางกอกเป็นเมืองท่า ตั้งอยู่ที่สามเหลี่ยมปากแม่น้ำเจ้าพระยา มีเจ้าหน้าที่คอยดูแลเก็บภาษีเรือสินค้าที่ผ่านเข้าออกจากทะเล พ่อค้าชาวต่างชาติที่เดินทางโดยเรือสำเภามาติดต่อค้าขายกับกรุงศรีอยุธยาเคยใช้พื้นที่แถวบางลำพูเป็นที่พักแรม สร้างโรงเรือน และคลังพักสินค้า พื้นที่บางกอกยาวไปถึงเมืองนนทบุรี เป็นสวนผลไม้มานานาชนิด ในสมัยกรุงธนบุรี ชุมชนตั้งอยู่สองฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยา มีเรือกสวนไร่นาเป็นพื้นที่กว้างใหญ่ ฝั่งธนบุรีเป็นเขตพระราชฐานและเคหสถานของเจ้านายและขุนนาง ฝั่งกรุงเทพฯ เป็นย่านการค้านานาชาติและบ้านเรือนราษฎร (สุจิตต์ วงษ์เทศ, 2548) เมื่อรัชกาลที่ 1 ทรงย้ายเมืองหลวงมาฝั่งกรุงเทพฯ โปรดเกล้าให้รื้อกำแพงเมืองธนบุรีออกทั้งหมด ธนบุรีจึงลดความสำคัญลงเป็นพื้นที่นอกเมือง ในปีพ.ศ. 2495 ประชากรในกรุงเทพฯ มีประมาณ 4.8 แสนคน (อเนก นาวิกมูล, 2549) พื้นที่สีเขียว ไร่ นา และสวนผักผลไม้ยังมีอยู่มาก ภาพข้างล่างแสดงให้เห็นว่าเมื่อ 60-70 ปีก่อน ใจกลางกรุงเทพฯ ยังมีสภาพแวดล้อมแบบชนบท



อนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิเมื่อ 70 ปีที่แล้ว



พื้นที่สวนจตุจักร ในปีพ.ศ. 2499

ปัจจุบันกรุงเทพฯ มีประชากรกว่า 5 ล้านคน เต็มไปด้วย บ้านเรือน อาคาร และถนนหนทาง พื้นที่การเกษตรมีเหลือน้อยมาก เนื่องจากกรุงเทพฯ เป็นศูนย์กลางของประเทศในทุก ๆ ด้าน วัฒนธรรมอาหารในกรุงเทพฯ จึงถือเป็นตัวแทนของวัฒนธรรมอาหารไทย โดยวัฒนธรรมอาหารเกิดจากการผสมผสานของ *อาหารชาวกรุง* ซึ่งสืบทอดกันมาเป็นเวลายาวนาน *อาหารชาววัง* ซึ่งถือเป็นจุดสูงสุดของการสร้างสรรค์ศิลปวิทยาการทางด้านการอาหารและตำรับอาหารต่าง ๆ ที่มีการถ่ายทอดสู่สาธารณชนผ่าน เชื้อพระวงศ์และข้าราชการบริพาร ถึงแม้ว่าอาหารชาววังจะลดความสำคัญลงมาก แต่ถือว่าเป็นมาตรฐานของอาหารไทย และ *อาหารนานาชาติ* ซึ่งคนไทยยอมรับเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมไทย ถึงแม้กรุงเทพฯ จะเปลี่ยนแปลงไปมาก แต่หลักฐานทางวัฒนธรรมอาหารไทยและสิ่งบ่งชี้วิถีชีวิตความเป็นอยู่ในอดีตยังหลงเหลือพอสมควร



บ้านไม้โบราณในบางลำพู

ในสมัยรัชกาลที่ 1 ทรงโปรดเกล้าให้ขยายกำแพงและชุดคูพระนครให้กว้างขึ้น ขนานกับแนวเดิม เริ่มจากแม่น้ำเจ้าพระยาตั้งแต่บางลำพูวกไปออกเหนือวัดสามปลื้ม และพระราชทานนามว่า “คลองรอบกรุง” ทำให้พื้นที่ในกำแพงพระนครกว้างขวางขึ้น ในช่วงรัชกาลที่ 2-3 บ้านเมืองขยายตัว ประชาชนเกาะกลุ่มกันหนาแน่นอยู่ในกำแพงพระนคร เกิดเป็นย่านการค้า เช่น บางลำพู ผ่านฟ้า ปากคลอง ในสมัยรัชกาลที่ 4 ทรงโปรดให้ขุดคลองผดุงกรุงเกษม จึงเกิดตลาดสำเพ็ง ตลาดยอด ในสมัยรัชกาลที่ 5 ชานเมืองสิ้นสุดเพียงหัวลำโพง ทรงให้ตัดถนนใหม่หลายสาย เพื่อสร้างความเชื่อมั่นแก่ชาวต่างชาติที่เข้ามาทำการค้าในประเทศ ทำให้มีตลาดเกิดขึ้นมากมาย และที่หลงเหลือถึงปัจจุบัน ได้แก่ ตลาดท่าเตียน ตลาดยอด (บางลำพู) ตลาดสำเพ็ง ตลาดสะพานหัน ตลาดน้อย และตลาดบางรัก แต่เดิมตลาดเกิดขึ้นที่ริมน้ำในบริเวณที่มีการตั้งบ้านเรือนหนาแน่น และมีการค้าสินค้าเร่ไปตามแม่น้ำลำคลอง เมื่อถนนหนทางมีมากขึ้น การค้าในเรือเปลี่ยนเป็นหาบเร่ แผงลอยในตลาด ร้านค้าในอาคาร ก่อนการรวมตัวเป็นห้างร้านขนาดใหญ่ (เพชร จงกำโชค, 2528)



แม่ค้าในตลาด ในปีพ.ศ. 2499

ตลาดฝั่งธนบุรีมีที่มาเช่นเดียวกับในกรุงเทพฯ และกรุงศรีอยุธยา คือ เริ่มต้นที่ชุมชนเกษตรกรรมริมน้ำ มีศาสนสถานเป็นศูนย์กลาง เมืองธนบุรีดั้งเดิมสันนิษฐานว่า ตั้งอยู่บริเวณบางกอกใหญ่ เป็นพื้นที่อุดมสมบูรณ์ มีการทำเกษตรกรรม การตั้งถิ่นฐานมีมาก่อนหน้ากรุงศรีอยุธยา ธนบุรีจึงมีย่านสำคัญอยู่มากมาย เช่น ย่านบางพลู-บางจาก-บางพลัด ย่านบางกอกน้อย-บางกอกใหญ่ ย่านสมเด็จพระยา-คลองสาน-ตลาดพลู เป็นต้น วิถีชีวิตของคนแต่ละย่านเชื่อมโยงกันด้วยแม่น้ำและคลองสาขาต่าง ๆ (กรรณิการ์ สุธีรัตนภิรมย์, 2555)



ตลาดน้ำคลองสาน ในปีพ.ศ. 2510

พระนครศรีอยุธยาตามระบอบการปกครองปัจจุบัน คือ กรุงศรีอยุธยาซึ่งเมืองหลวงของดินแดนไทยมาเป็นเวลานาน 417 ปี มาก่อนการเสียกรุงแก่พม่า ในปีพ.ศ. 2310 กรุงศรีอยุธยาเป็นศูนย์กลางแห่งความมั่งคั่งความเจริญเติบโตทางวัตถุ สังคม และวัฒนธรรมเทียบเท่าเมืองใหญ่ในยุโรป เป็นเมืองท่าภายในที่มีเส้นทางการค้าติดต่อกับหัวเมืองอื่นทั้งทางบกและทางน้ำ สามารถติดต่อค้าขายกับต่างประเทศทางทะเล เพราะตั้งอยู่บริเวณแม่น้ำใหญ่หลายสายมาบรรจบกัน ถึงแม้บ้านเรือน วิถีชีวิต และการบริโภคจะไม่แตกต่างจากคนแถบลุ่มน้ำภาคกลางอื่น ๆ แต่เนื่องจากกรุงศรีอยุธยาเป็นศูนย์กลางในทุกด้าน ทำให้มีคนจากหลายพื้นที่และหลายเชื้อชาติเข้ามาค้าขายและอพยพเข้ามาอยู่อาศัยเป็นจำนวนมาก ตลาดในกรุงศรีอยุธยามีหลายรูปแบบตามความหลากหลายของผู้คนและวิถีชีวิต ได้แก่ “ตลาดน้ำหรือตลาดเรือ” เป็นการขายบนแพและในเรือลอยน้ำที่ทำ การบรรทุกสินค้าทางเรือจากหัวเมืองต่าง ๆ หรือเรือของพ่อค้าต่างประเทศมาขายในตลาด บางครั้งเป็นการล่องเรือมาเพื่อขายของตามฤดูกาล หรือการพายเรือเร่ไปตามลำน้ำต่าง ๆ กรุงศรีอยุธยามีตลาดหลัก เช่น ตลาดน้ำวนบางกะจะ ตลาดปากคลองคูจาม ตลาดน้ำคูไม้เรียง และตลาดน้ำปากคลองวัดเดิม “ตลาดบก” มีลักษณะเป็นร้านที่ขานหน้าบ้านหรือแผง ตั้งอยู่ประจำที่และไม่ประจำ เป็นตลาดตามแหล่งชุมชนที่เรียกว่า ถนนย่านหรือป่า มีสินค้าเด่นประจำ เช่น ป่าตองมีกล้วยและใบตอง ป่าผ้าเหลืองขายไตร จีวร ย่านศาลาปูน ขายปูนแดง (ชาญวิทย์ เกษตรศิริ, 2546) ตลาดในกรุงศรีอยุธยาเคยมีเป็นร้อยแห่ง ยังหลงเหลืออยู่บ้าง เพราะพระนครศรีอยุธยาตั้งอยู่บนพื้นที่ราบลุ่มมีข้าวปลา พืชผักอุดมสมบูรณ์ การกินอยู่ง่าย ๆ การปรุงอาหารไม่ซับซ้อน ทำให้วิถีชีวิตและอาหารเปลี่ยนแปลงไม่มากนัก อาหารตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาสืบทอดมาถึงปัจจุบัน เดอะ ลาลูแบร์ (Simon de La Loubère) (2548) บันทึกว่า คนไทยชอบกินข้าว ชอบปลาแห้ง ปลาร้าปลากระดี น้ำพริกกะปิ ไข่ตายโคม



ตลาดหัวรอ พระนครศรีอยุธยาเมื่อครั้งรับเสด็จรัชกาลที่ 5

สำหรับข้าวประจำของคนอยุธยา ได้แก่ น้ำพริกรูปแบบต่าง ๆ ผัก ปลาอย่าง ปลาเค็ม ประเภทปลา สัตว์น้ำ หรือผักเปลี่ยนไปตามฤดูกาล เมื่อมีงานสำคัญ ชาวบ้านตั้งใจทำอาหารเป็นพิเศษสำหรับเลี้ยงพระและแขกที่มางานเพื่อเป็นศิริมงคล ปกติชาวบ้านกินเฉพาะอาหารคาว อาหารหวานจะได้กินเวลาทำบุญในวันพระ วันเทศกาล งานบวช งานแต่ง หรืองานศพ ของว่างหรือขนมหวานซื้อได้ตามตลาดหรือจากแม่ค้าเร่ (สุวัฒน์ อัสวไชยชาญ, 2538) นอกจากนี้ หลักฐานในสมัยกรุงศรีอยุธยาแสดงให้เห็นถึงการบริโภคอาหารต่างชาติในพระราชสำนัก มีการกล่าวถึงอาหารเลี้ยงรับรองคณะราชทูตที่มาประเทศไทยในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชว่ามีอาหารจีนมากกว่า 30 ชนิด (เดอ ลา ลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548) มีสตูญี่ปูน อาหารโปรตุเกส ไวน์สเปน เปอร์เซีย ฝรั่งเศส และเปียร์อังกฤษ (บาตหลวง เดอ ชัวซี (de Choisy), 2550)

เพชรบุรี เป็นเมืองที่มีวัฒนธรรมต่อเนื่องยาวนาน มีหลักฐานทางโบราณคดีมาตั้งแต่สมัยทวารวดี เป็นชุมชนหนาแน่นมาหลายร้อยปีหรืออาจเป็นพันปี เมื่อกรุงศรีอยุธยาล่มสลาย บ้านเมืองถูกทำลาย วิถีชีวิตในเพชรบุรียังคงปลอดภัยและดำเนินต่อไป วัดวาอาราม ศิลปกรรม วัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณีแต่ครั้งกรุงศรีอยุธยายังคงสืบทอดต่อ ๆ มาไม่เคยขาดตอน เพชรบุรีเป็นหัวเมืองสำคัญของกรุงศรีอยุธยา เป็นอยู่ช้าวุ่นในภูมิภาคนี้ เนื่องจากเป็นพื้นที่ราบลุ่มเหมาะแก่การเพาะปลูก มีเรือกสวนไร่นา เป็นแหล่งสะสมเสบียงในยามศึกสงคราม เพชรบุรีจึงเป็นเมืองสำคัญทางยุทธศาสตร์ทั้งทางบกและทางทะเล เป็นหน้าด่านสำคัญในการรบกับพม่า และเป็นที่ยึดมั่นในการควบคุมหัวเมืองปักษ์ใต้ (สุดรา สุธาญา, 2538) เพชรบุรียังเป็นหัวเมืองการค้า เมืองสำหรับจอดพักเรือสินค้าจากปักษ์ใต้และต่างประเทศ เพื่อเดินทางต่อไปยังมะริด ภูเก็ต และกรุงศรีอยุธยา

ในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ เมืองเพชรบุรียังคงความสำคัญในฐานะเมืองหน้าด่าน เป็นที่ตั้งของพระราชวังถึง 3 แห่ง คือ พระนครคีรี พระรามราชนิเวศน์ และพระราชนิเวศน์มฤคทายวัน เนื่องจาก

เพชรบุรีมีลักษณะทางธรรมชาติที่สวยงาม มีภูเขา ถ้ำ ป่าไม้ แม่น้ำ ลำธาร แก่งหิน และหาดทราย เหมาะสำหรับเป็นเมืองตากอากาศ นอกจากนี้ วัดวาอารามที่มีมากมายเนื่องจากความมั่งคั่งสมบูรณ์ของคนในเมืองแสดงให้เห็นถึงความเจริญทางการศึกษา การธำรงรักษาขนบธรรมเนียมประเพณีและพิธีกรรม และการควบคุมสังคมให้มีคุณธรรมและดำเนินชีวิตตามระเบียบแบบแผนของสังคม ซึ่งเพชรบุรีถือว่าเป็นศูนย์กลางทางการศึกษา ศิลปวิทยาการมายาวนาน ส่วนหนึ่งเพราะเพชรบุรีห่างไกลจากปัญหาการเมืองที่เกิดขึ้นจากการแย่งชิงอำนาจในเมืองหลวง (สุตารา สุขฉายา, 2538)

นอกเหนือจากการเกษตรกรรม การเป็นเมืองท่าการค้าระหว่างประเทศ เพชรบุรียังเคยเป็นเมืองที่ร่ำรวยจากการประมงชายฝั่งและน้ำลึก ทั้งหมดที่กล่าวมาแสดงถึงความสมบูรณ์มั่งคั่งทางธรรมชาติ สังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ ซึ่งทำให้เพชรบุรีมีชื่อเสียงด้านอาหารมาช้านาน อาหารและขนมขึ้นชื่อของเมืองเพชร ได้แก่ ข้าวแช่ ขนมจีนทอดมัน แกงหัวตาล ขนมตาล จาวตาลเชื่อม น้ำตาลสด ขนมชั้นหนู ข้าวเกรียบงา ขนมหม้อแกง เนื่องจากความอุดมสมบูรณ์ของเพชรบุรีทำให้แหล่งการค้าสำคัญของเพชรบุรีมีอยู่ในหลายอำเภอ ในตัวเมืองความเจริญเริ่มต้นที่สองฝั่งแม่น้ำเพชรบุรี



หมู่บ้านชาวประมงที่บางตะบูน บ้านแหลม แหล่งอาหารทะเลสำคัญของเพชรบุรี

ตากลิ นครสวรรค์ อยู่ห่างจากจังหวัดนครสวรรค์ไปทางทิศใต้ 68 กิโลเมตร อยู่ห่างจากกรุงเทพฯ 193 กิโลเมตร เดิมตากลิเป็นส่วนหนึ่งของอำเภอยุหะคีรี ยกฐานะขึ้นเป็นอำเภอในปีพ.ศ. 2480 ตากลิเป็นชุมชนเกษตรกรรม เมื่อรัฐบาลตัดสายรถไฟและถนนพหลโยธินผ่าน ทำให้กลายเป็นศูนย์กลางการคมนาคมทั้งทางรถไฟและรถยนต์ คนจึงอพยพมาอยู่มากขึ้น ราษฎรส่วนใหญ่ทำอาชีพเกษตรกรรม ส่วนการค้าขายตกอยู่กับคนจีนที่อยู่ในเมืองไทยมายาวนาน แหล่งการค้าสำคัญของตากลียู่ใกล้กับสถานีรถไฟมีตลาดสำคัญ 3 แห่ง ในบริเวณใกล้เคียงกัน เมื่อทหารอเมริกันเข้ามาตั้งฐานทัพที่กองบิน 4 สภาพทางสังคมและเศรษฐกิจเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เพราะรัฐบาลสหรัฐอเมริกาและทหารอเมริกันนำเงินเข้ามาใช้จ่ายเป็นจำนวนมหาศาล มีการก่อสร้างระบบสาธารณูปโภค บ้านเช่า อาคาร สถานบันเทิงเรีงรมย์ และสถานที่พักผ่อนหย่อนใจเพิ่มขึ้น ราษฎรมีงานทำและมีรายได้สูงขึ้น มีคนต่างถิ่นเข้ามาทำงานเป็นจำนวนมาก เมื่อทหารอเมริกันถอนทัพออกไป กิจกรรมต่าง ๆ ชบเซาลงมาก ปัจจุบันเศรษฐกิจในตากลิตีขึ้น มีเงินทุนหมุนเวียนในระดับสูง (ที่ว่าการอำเภอตากลิ, 2559)



ในหลวงทรงเสด็จพระราชดำเนินมาที่สถานีรถไฟตากลิ ในวันที่ 7 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2500

พิษณุโลก เป็นจังหวัดในภาคกลางตอนบนตามลักษณะทางภูมิศาสตร์และภาคเหนือตอนล่างตามการพยากรณ์อากาศ อยู่ห่างจากกรุงเทพฯ 368 กิโลเมตร มีพื้นที่เป็นที่ราบลุ่ม ที่ราบ ที่ราบสูง และเทือกเขาสูง ประชากรประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นหลัก พิษณุโลกเป็นเมืองที่มีความสำคัญทั้งทางด้านการเมืองและเศรษฐกิจมายาวนาน สงครามทำให้เมืองมีการสร้าง ทำลาย และสร้างใหม่หลายครั้ง ในสมัยโบราณพิษณุโลกมีชื่อว่า สองแคว เพราะตั้งอยู่ระหว่างแม่น้ำน่านและแม่น้ำแควน้อย ในสมัยกรุงศรีอยุธยาพิษณุโลกเคยเป็นเมืองหลวงในรัชสมัยพระบรมไตรโลกนาถ ส่วนใหญ่มีหน้าที่ดูแลป้องกันประเทศจากพม่า ในช่วงต้นกรุงรัตนโกสินทร์ พิษณุโลกลดความสำคัญทางการทหารลง เนื่องจากพม่าตกเป็นเมืองขึ้นของอังกฤษ แต่ก็ยังเป็นเมืองสำคัญในการดูแลราชการหัวเมืองฝ่ายเหนือ และทำหน้าที่ส่งส่วย ภาษีอากร แร่งงาน และสินค้า โดยเฉพาะของป่า เนื่องจากมีแม่น้ำหลายสายไหลผ่าน แม่น้ำน่าน แม่น้ำแควน้อย แม่น้ำยม ทำให้พิษณุโลกมีชื่อเสียงเรื่องอาหารที่ทำจากปลา ที่ราบลุ่มมีตะกอนสะสมตามธรรมชาติ ทำให้มีการเพาะปลูกข้าว ทำสวน ทำไร่ฝ้าย ปลูกยาสูบ จับสัตว์น้ำ และตัดไม้ ที่ตั้งและการคมนาคมที่สะดวกทั้งทางบกและทางน้ำ ทำให้สามารถติดต่อกับพม่า ล้านนา ล้านช้าง ยูนาน และกรุงเทพฯ จึงเป็นศูนย์กลางทางการค้าที่สำคัญ มีคนเชื้อชาติต่าง ๆ เช่น จีน พม่า มอญ ลาว และญวน เข้ามาอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก

ในสมัยรัชกาลที่ 5 มีการใช้การปกครองรูปแบบเทศาภิบาล พระยาศรีสุริยราชวรานุวัตร (เขย กัลยาณมิตร) ข้าหลวงเทศาภิบาลมณฑลคนแรกทำให้เมืองที่เคยมีคนค่อนข้างน้อยเจริญขึ้น บ้านเมืองสงบเรียบร้อย การศึกษาดี เศรษฐกิจมั่นคง ในปีพ.ศ. 2450 มีการก่อสร้างรถไฟสายเหนือมาถึงพิษณุโลก การเดินทางไปกรุงเทพฯ รวดเร็วขึ้น สามารถนำพืชผลการเกษตรออกสู่ตลาดได้กว้างขวาง และสินค้าจากต่างถิ่นและต่างประเทศเข้ามามากขึ้น ก่อนการสร้างรถไฟสายเหนือ ย่านการค้า บ้านเรือน และเรือนแพตั้งอยู่ตามแนวแม่น้ำน่าน เมื่อมีรถไฟ ราษฎรอพยพไปตั้งบ้านเรือนและร้านค้าใกล้สถานีรถไฟ และขยายพื้นที่ทำกินไปในพื้นที่ที่รถไฟไปถึง ราษฎรจากถิ่นอื่นย้ายเข้ามาอยู่ มีพ่อค้าชาวจีนเข้ามาค้าขายในบริเวณสถานีรถไฟและริมแม่น้ำน่านมากขึ้น ในสมัยรัชกาลที่ 7 ทรงเห็นความยากลำบากของการสัญจรไปมาของราษฎรสองฝั่งแม่น้ำ ทรงโปรดให้สร้างสะพาน โดยตั้งชื่อว่า “สะพานนเรศวร” ส่งผลให้ความเจริญฝั่งตะวันตกของแม่น้ำน่านมีมากขึ้น หลังการเปลี่ยนแปลงการปกครองเป็นระบอบประชาธิปไตย มีการสร้างถนนเพื่อเพิ่มความสะดวกในการเดินทาง ในปีพ.ศ. 2480 พิษณุโลกมีประชากรเพียง 1.6 แสนคน มีอัตราการเพิ่มขึ้นของพลเมืองต่ำ แต่ระบบเศรษฐกิจแบบยังชีพค่อย ๆ เปลี่ยนเป็นแบบการค้า โดยเฉพาะในเขต

เมื่อมีสัมภาษณ์จริง ผู้วิจัยมีการเพิ่มลดคำถาม คำถามที่เพิ่มขึ้นส่วนใหญ่ทำเพื่อเรียนรู้รายละเอียดของอาหารที่ผู้บริโภคกล่าวถึง เช่น ข้าว (พันธุ์ที่รับประทาน การบริโภคข้าวหอมมะลิ ข้าวเหนียว) น้ำพริก (น้ำพริกกะปิปลาทุ อาหารพื้นบ้านทั้ง ๆ ที่อยู่ห่างไกลทะเล) และการลดข้อคำถามที่ผู้ให้สัมภาษณ์ให้ความสำคัญน้อย เช่น การถนอมอาหาร เนื่องจากประเทศไทยมีอาหารสดตามธรรมชาติและพืชผักสวนครัวมาก การถนอมอาหารไว้รับประทานนาน ๆ มีน้อยรายการ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกด้วยคำถามกึ่งโครงสร้างในการหาความจริงที่ละเอียดลึกซึ้งจากประสบการณ์ของผู้ให้สัมภาษณ์ โดยเลือกผู้สูงอายุที่มีอายุ 66 ปีขึ้นไป มีภูมิลำเนาและอยู่อาศัยใน 5 จังหวัดซึ่งเป็นเมืองสำคัญในภาคกลาง ได้แก่ กรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก จำนวน 89 คน

เทคนิคการคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์มี 4 วิธี ดังนี้ 1) การชักนำของผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารและวัฒนธรรมไทย 2) การชักนำของข้อมูล 3) การแนะนำของคนรู้จักและผู้ให้สัมภาษณ์ และ 4) ความสำคัญของบุคคลหรือผู้ที่มีความรู้ความเข้าใจด้านอาหารและวัฒนธรรมไทยเป็นอย่างดี

การคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์ในแต่ละจังหวัดมีความแตกต่างกันบ้าง เทคนิคที่ใช้มากที่สุด คือ การชักนำของข้อมูล เมื่อพบประเด็นที่น่าสนใจ ผู้วิจัยเน้นการหาข้อมูลมายืนยันความจริงจากผู้ให้สัมภาษณ์รายต่อ ๆ ไป เมื่อมีการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมกับทหารอเมริกัน ผู้ให้สัมภาษณ์รายแรก ๆ มีประสบการณ์โดยตรงน้อยมาก แต่รู้จักแหล่งท่องเที่ยวของทหารอเมริกันซึ่งปัจจุบันไม่หลงเหลืออยู่แล้ว เมื่อเข้าไปในพื้นที่นั้นเพื่อเสาะหาผู้ที่เคยติดต่อกับทหารอเมริกัน ผู้ให้สัมภาษณ์บางท่านกล่าวถึงบุคคลที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมประจำวันของทหารอเมริกัน เช่น เจ้าของบ้านเช่า คนซักรีด และร้านอาหาร เมื่อไปสัมภาษณ์คนกลุ่มนี้ พบว่า ทหารอเมริกันระว่างตัวมาก การปฏิสัมพันธ์กับคนทั่วไปมีน้อย ส่วนหนึ่งเป็นเพราะอุปสรรคด้านภาษา ผู้วิจัยไม่ได้ตามหาผู้ที่เคยเป็นเมียเช่า เพราะการสอบถามอาจสร้างความอับอายต่อผู้สูงอายุซึ่งวิถีชีวิตเปลี่ยนแปลงไปแล้ว และทดแทนด้วยการหาข้อมูลจากผู้ที่เคยทำงานเกี่ยวกับการบริโภคของทหารอเมริกัน แต่การค้นหาผู้ที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์เมื่อ 40 ปีที่แล้วใช้เวลานานพอสมควร

การสัมภาษณ์เน้นการพูดคุยตัวต่อตัว เพื่อสังเกตปฏิกิริยาและอารมณ์ความรู้สึกเมื่อถ่ายทอดเรื่องราวที่เกิดขึ้น ผู้สูงอายุรายหนึ่งเคยอาศัยอยู่ที่ถนนวิสุทธิกษัตริย์เล่าอย่างมีความสุขเรื่องการนั่งรอแมงดาเล่นไฟที่เสาไฟฟ้าให้ตกลงมา แล้วแข่งกันเก็บกับเพื่อน รู้สึกว่าทั้งสนุกทั้งอร่อย การสัมภาษณ์ตัวต่อตัวทำให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจน ผู้ให้สัมภาษณ์ไม่สับสนคำพูดของผู้อื่น และการบันทึกเสียงมีความชัดเจน ผู้วิจัยไม่ขัดแย้งถ้าผู้ให้สัมภาษณ์ต้องการให้บุคคลอื่นอยู่ร่วมด้วย แต่ไม่นำคำพูดของผู้นั้นมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล การสัมภาษณ์พร้อมกันบางครั้งมีข้อดี คือ ผู้ให้สัมภาษณ์ช่วยกันทบทวนความทรงจำและตรวจสอบคำพูดของอีกฝ่าย สำหรับสถานที่และเวลา ผู้ให้สัมภาษณ์สามารถเลือกตามความสะดวกและความรู้สึกปลอดภัยที่สุด เช่น ที่บ้าน สถานที่ให้ผู้ให้สัมภาษณ์เลือกเอง หรือทางโทรศัพท์ การสัมภาษณ์ใช้เวลา 15 นาที ถึง 3 ชั่วโมง ส่วนใหญ่สัมภาษณ์เสร็จสิ้นในครั้งเดียว

ปัญหาหลักที่พบจากการสัมภาษณ์ คือ ผู้สูงอายุจดจำเฉพาะเรื่องที่ประทับใจ ดังนั้น ส่วนใหญ่ไม่สามารถตอบทุกข้อคำถามที่กำหนดไว้ในเครื่องมือวิจัย นอกจากนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์บางรายไม่ต้องการให้มีการบันทึกเสียง ต้องใช้การจดบันทึกแทน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์เนื้อหาเป็นแนวทางหลักที่ใช้ในการวิเคราะห์และตีความข้อมูลเชิงคุณภาพ สามารถใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วย แต่ผู้วิจัยต้องมีความรู้ในประเด็นที่ศึกษาและต้องมีการกำหนดกรอบแนวคิดที่ชัดเจนการอนุมานองค์ความรู้ของผู้ให้สัมภาษณ์ (Marshall & Rossman, 1999) กรอบแนวคิดซึ่งเป็นแนวคิดพื้นฐานที่ใช้ในการกำหนดทิศทางของกระบวนการวิจัย (Denzin & Lincoln, 2005) สามารถกำหนดความสัมพันธ์ของข้อมูล เพื่อมาสร้างองค์ความรู้ที่เข้าใจได้ การวิเคราะห์เนื้อหาในการวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวข้องกับข้อมูลทางสังคมที่มาจากบทสัมภาษณ์ (Berg, 2007) ที่ผู้วิจัยลงพื้นที่ภาคสนามจนกระทั่งได้รับข้อมูลมากเพียงพอที่จะตอบปัญหาและสรุปผลการวิจัย ในเบื้องต้นผู้วิจัยวางแผนจะสัมภาษณ์ผู้สูงอายุ 5 จังหวัด ๆ ละ 12 ราย เมื่อลงภาคสนามจำนวนผู้ให้สัมภาษณ์มีการเปลี่ยนแปลง โดยให้ความสำคัญกับความอิ่มตัว (Saturation) ของข้อมูลที่ใช้ในการสรุปผลการวิจัย โดยมีจำนวนผู้ให้สัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล 89 คน (รายละเอียดอยู่ในหน้า)

การเก็บข้อมูลมากกว่าที่ตั้งเป้าหมายไว้ในครั้งแรก เนื่องจากความพยายามในการแสวงหาบุคคลสถานที่ หรือพื้นที่ที่ผู้ให้สัมภาษณ์กล่าวถึงเพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติม นอกจากนี้ การเก็บข้อมูลใช้เวลานาน คนจำนวนมากไม่ใช่คนดั้งเดิมในท้องถิ่น

ผู้วิจัยระมัดระวังความเบี่ยงเบนที่เกิดขึ้นในการตีความ ต้องวางตัวเป็นกลาง ไม่เบี่ยงเบน และไม่นำความคิดเห็นของผู้วิจัยใส่ลงไปในการศึกษาเพื่อสร้างความเชื่อถือได้ (Fontana & Frey, 2005) แต่ความเป็นกลางเป็นหลักสำคัญที่ปฏิบัติได้ยาก เนื่องจากการแยกผู้วิจัยออกจากเรื่องสิ่งที่ศึกษาทั้งหมดเป็นไปได้ยาก การตีความจำเป็นต้องใช้ความรู้ที่ผู้วิจัยมี เพื่อลดความเบี่ยงเบน การวิจัยนี้จึงให้ความสำคัญกับการใช้ข้อมูลของผู้ให้สัมภาษณ์หลาย ๆ รายในการนำเสนอข้อเท็จจริง การถอดบทสัมภาษณ์ด้วยความระมัดระวัง การระบุค่าสำคัญหรือปรากฏการณ์โดดเด่นที่เกิดขึ้น โดยไม่คาดหมายสิ่งใด ๆ ก่อนการวิเคราะห์ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลอย่างต่อเนื่องจะนำไปสู่การคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์รายต่อไปและปรับปรุงเครื่องมือให้เหมาะสมกับปรากฏการณ์ที่ผู้ให้สัมภาษณ์รายก่อนหน้ากล่าวถึง ผู้วิจัยใช้ทักษะในการสร้าง แยก รวม และตัดประเด็นที่ผู้ให้สัมภาษณ์กล่าวถึง เพื่อกลั่นกรองความจริงที่สามารถอธิบายวัฒนธรรมอาหารไทยก่อนปีพ.ศ. 2498

การสร้างความถูกต้องชัดเจนและความเชื่อถือได้

การวิจัยเชิงคุณภาพมีความเสี่ยงต่อการศึกษาอย่างไม่มีหลักเกณฑ์ ขาดความน่าเชื่อถือในการนำเสนอผลการวิจัย การวิจัยเชิงคุณภาพให้ความสำคัญกับการสร้างความถูกต้องชัดเจนและความเชื่อถือได้ (Creswell, 2007; Lincoln & Guba, 2000) โดยมีกระบวนการดังต่อไปนี้

1. **การให้ความสำคัญกับคุณค่าของการวิจัย** เพื่อสร้างผลวิจัยที่ก่อให้เกิดประโยชน์ให้กับสังคมส่วนรวม สามารถนำความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไทยไปใช้ในการสร้างความภาคภูมิใจที่มีต่อวัฒนธรรมของชาติ การพัฒนาคุณภาพอาหารไทยที่มีประโยชน์ต่อผู้บริโภค และการทำให้อาหารไทยเป็นที่ยอมรับมากยิ่งขึ้น

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยพยายามค้นหาสิ่งที่เป็นความภาคภูมิใจที่มีต่ออาหารไทย สิ่งที่ผู้ให้สัมภาษณ์ให้ความสำคัญทั้งในอดีตและปัจจุบัน และเรียนรู้สิ่งที่ควรนำมากล่าวถึงให้คนไทย

ในสังคมปัจจุบันรับรู้ เช่น ภาคกลางในอดีตมีความอุดมสมบูรณ์มาก การเพาะปลูกไม่ต้องใส่ปุ๋ย คนไทยบางคนยากจนแต่ไม่อดอยาก เกษตรกรมีความขยันขันแข็ง รักในบ้านและท้องถิ่น ความยากจนเกิดจากผลผลิตมีมูลค่าน้อย ทำให้มีเงินใช้จ่ายไม่มากนัก อาหารตามธรรมชาติมีอยู่ทั่วไป ถ้าขยันขันแข็ง สามารถอยู่ได้โดยไม่เดือดร้อน คนไทยในอดีตเป็นคนสมถะ ถึงยากจนก็ไม่หนีสิน ไม่เหมือนคนในปัจจุบันที่ของสร้างหนี้ นอกจากนี้ บ้านเมืองสะอาดมาก ไม่เคยนึกถึงสารพิษ สามารถดื่มน้ำในแม่น้ำ ลำคลอง น้ำฝนในรอยเท้าควาย เพราะไม่มียาฆ่าแมลง

2. **การใช้กระบวนการศึกษาที่ไม่ส่งผลเสียต่อทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง** มีการดำเนินการเพื่อป้องกันการให้ข้อมูลอย่างไม่เต็มใจ และการสร้างความเสี่ยงต่อชีวิตและทรัพย์สิน (Berg, 2007) ผู้วิจัยขออนุญาตให้ผู้ให้สัมภาษณ์ก่อนทุกครั้ง อธิบายวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การสัมภาษณ์ทำในเวลาและสถานที่ที่ผู้ให้สัมภาษณ์รู้สึกปลอดภัยและสะดวกสบายที่สุด ผู้ให้สัมภาษณ์สามารถกำหนดสถานที่สัมภาษณ์ ที่บ้าน ที่อื่น หรือทางโทรศัพท์ การสัมภาษณ์แต่ละครั้งไม่นานเกินไป ทำให้ผู้สูงอายุเหนื่อยล้า โดยใช้การสัมภาษณ์หลายครั้งหรือสอบถามเพิ่มเติมทางโทรศัพท์ และไม่มีการระบุชื่อจริงและสถานที่อยู่ในรายงานการวิจัยอย่างชัดเจน ยกเว้นบุคคลที่มีความสำคัญ การระบุรายละเอียดเกี่ยวกับผู้ให้สัมภาษณ์เพื่อเพิ่มความลุ่มลึกให้กับการวิจัยหรือก่อให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับบริบทการวิจัยมากขึ้น แต่ทำเมื่อได้รับอนุญาต และต้องไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อผู้ให้สัมภาษณ์

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยทำการสัมภาษณ์ในเวลาและสถานที่ที่ผู้ให้สัมภาษณ์กำหนด เพื่อความสะดวกปลอดภัยของผู้ให้สัมภาษณ์ เช่น ที่บ้าน ที่พัก ที่ทำงาน สำนักงานชุมชน วัด ร้านอาหาร และทางโทรศัพท์ และพบว่า การมีผู้อื่นอยู่ร่วมด้วยขณะสัมภาษณ์มีการขัดจังหวะการสัมภาษณ์เป็นระยะ

3. **การกำหนดกรอบแนวคิดให้ชัดเจน** เพื่อใช้เป็นแนวทางในการออกแบบเครื่องมือวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการรายงานผลอย่างถูกต้องตรงประเด็น รวมทั้งการระบุความเปี่ยงเบนที่อาจเกิดขึ้น ได้แก่ ความทรงจำของผู้สูงอายุเนื่องจากการเล่าเรื่องราวที่เกิดขึ้นเมื่อ 60 ปีที่แล้ว อารมณ์และความรู้สึกของผู้ให้สัมภาษณ์และผู้วิจัย ความเข้าใจผิดของผู้วิจัยที่เกิดจากความรู้ที่จำกัด และการด่วนสรุปเร็วเกินไปของผู้วิจัยที่เกิดจากความรู้ที่มีจำกัด เพื่อให้ได้ความจริงที่ถูกต้องตลอดกระบวนการวิจัย (Creswell, 2007; Guba & Lincoln, 2005)

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยออกแบบเครื่องมือจากกรอบแนวคิดทางการตลาด โดยมีวัตถุประสงค์หลักในการประชาสัมพันธ์อาหารไทย เพื่อทำให้คนไทยเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในวัฒนธรรมของตนเองและการตลาดอาหารไทยมีความมั่นคงมากยิ่งขึ้น

4. **การกำหนดแบบแผนการแสวงหาความรู้** (Traditions of inquiry) เพื่อสร้างคุณค่าให้กับการวิจัย การสร้างเครื่องมือที่เหมาะสม การกำหนดความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยและผู้ให้ข้อมูล และการปฏิบัติต่อผู้เกี่ยวข้องด้วยความเคารพนับถือ (Creswell, 2007) การวิจัยใช้แนวทางของปรากฏการณ์วิทยา เพื่อศึกษาองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมอาหารไทย ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ที่ผู้สูงอายุประสบมาก่อนและหลังปีพ.ศ. 2498

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยศึกษาองค์ประกอบต่าง ๆ ของวัฒนธรรมอาหารไทย ไม่เน้นเฉพาะอาหาร แต่ให้ความสำคัญกับพฤติกรรมผู้บริโภคและบริบทการวิจัย เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจในปรากฏการณ์ที่ผู้สูงอายุประสบอย่างแท้จริง

5. **การควบคุมกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล** เริ่มต้นจากการออกแบบเครื่องมือวิจัยตามกรอบแนวคิด การใช้เทคนิคแบบประสมประสานเพื่อคัดเลือกผู้ให้สัมภาษณ์ที่สามารถให้ข้อมูลเหมาะสมในการตอบปัญหาการวิจัย เมื่อทำการสัมภาษณ์ตัวต่อตัวมีการใช้เครื่องมือวิจัยเป็นแนวทางเพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วน มีการปรับข้อคำถามตามสถานการณ์ และกระตุ้นผู้สูงอายุให้บรรยายสิ่งที่มีความสำคัญและสภาพแวดล้อม เพื่อก่อให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์และโลกทัศน์ที่เกี่ยวข้องกับอาหารไทยและความเป็นอยู่ในยุคนั้น อีกทั้งใช้การตรวจสอบสามเส้าข้อมูลที่จะให้ข้อมูลที่ละเอียดลึกซึ้ง ลดความเบี่ยงเบนที่เกิดขึ้นจากผู้วิจัยและผู้ให้สัมภาษณ์ การใช้เวลาในภาคสนามให้มากเพียงพอ เพื่อทำความเข้าใจบริบทของการวิจัย และการใช้หลักฐานอื่นประกอบ เช่น ภาพ สิ่งของ เครื่องใช้ที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมอาหาร โดยกระบวนการทั้งหมดที่กล่าวมาทำเพื่อสร้างคุณค่า ความถูกต้องแม่นยำ และความเชื่อถือได้ของการวิจัย (Creswell, 2007; Guba & Lincoln, 2005) นอกจากนี้ มีรายงานสรุปของกลุ่มผู้ให้สัมภาษณ์ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล การจัดทำฐานข้อมูล และการใช้เทคโนโลยีเพื่อช่วยในการจัดเก็บ เรียกดู และวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อความถูกต้องในการทำวิจัย (Huberman & Miles, 1998)

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยพยายามใช้ข้อมูลจากผู้สัมภาษณ์หลายท่าน พยายามติดตามหาแหล่งข้อมูลเพิ่มเติม เพื่อยืนยันข้อมูลที่ได้รับ เมื่อผู้ให้สัมภาษณ์ในพระนครศรีอยุธยากล่าวถึง “หัวรอ” ว่าเป็นแหล่งจับจ่ายสินค้าที่สำคัญ ผู้วิจัยมีการตามไปเก็บข้อมูลผู้ที่เกิดและเติบโตในหัวรอด้วย มีการตามหาร้านเก่าแก่หรือร้านค้าที่ผู้ให้สัมภาษณ์ให้ความสำคัญ

6. **การควบคุมกระบวนการวิเคราะห์ข้อมูล** การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ซึ่งต้องมีการกำหนดกรอบแนวคิดที่ชัดเจน ผู้วิจัยต้องพยายามวางตัวเป็นกลาง และเน้นที่ประสบการณ์ของผู้สูงอายุในการบรรยายปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อทำให้เกิดความเข้าใจวัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลางในยุคนั้น นอกจากนี้ ใช้กระบวนการตรวจสอบและลดความเบี่ยงเบน ซึ่งเกิดจากความรู้และบุคลิกภาพของผู้วิจัย การเก็บข้อมูลที่ไม่ถูกต้อง และการวิเคราะห์ที่ผิดพลาด (Huberman & Miles, 1998) โดยเริ่มต้นจากการกำหนดความเบี่ยงเบนที่ชัดเจน เช่น การเลือกภาษาที่ผู้สูงอายุเข้าใจ การทำความเข้าใจภาษาที่ผู้ให้สัมภาษณ์แต่ละท้องถิ่นเลือกใช้ การตรวจสอบสามเส้าข้อมูล และการใช้แนวคิดที่ได้มาจากการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ซึ่งจะมีประโยชน์ในการบรรยายเนื้อความ กำหนดรูปแบบ และสรุปความสัมพันธ์ของข้อมูล (Creswell, 2007; Marshall & Rossman, 1999)

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยการวิเคราะห์เนื้อหาจากผู้ให้สัมภาษณ์หลาย ๆ ท่าน ประกอบกับการอ้างอิงแหล่งข้อมูลอื่น เช่น วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง เพื่อลดปัญหาความไม่เป็นกลางและการเข้าใจผิดเนื่องจากความไม่รู้ของผู้วิจัย

7. **การรายงานผลอย่างชัดเจน** การรายงานผลอย่างละเอียดชัดเจนเพื่อตอบปัญหาการวิจัย การเลือกภาษาและคำที่ชัดเจน เหมาะสมกับบริบท ก่อให้เกิดความน่าสนใจน่าติดตาม พร้อมสร้าง

ความน่าเชื่อถือ และเป็นการนำเสนอความจริง (Creswell, 2007) และใช้ภาพและตารางที่ก่อให้เกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้น ที่สำคัญ คือ ผู้วิจัยมีการจัดลำดับเนื้อหาและใส่หลักฐานประกอบ เพื่อให้ผู้อ่านเกิดความมั่นใจในผลสรุปการวิจัย

ในการดำเนินงานจริง – การวิจัยจัดลำดับเนื้อหาในรายงานเป็นไปตามกรอบแนวคิดและหลักทฤษฎี ภาพที่เกี่ยวข้องกับอาหารที่ได้รับจากผู้ให้สัมภาษณ์มีไม่มากนัก เนื่องจากมีการโยกย้ายบ้านเรือน อุปกรณ์เครื่องมือส่วนใหญ่ไม่คงทน และการถ่ายภาพในสมัยก่อนมีเฉพาะในกลุ่มคนฐานะดีในเมือง ภาพส่วนใหญ่เป็นภาพคนมากกว่าสิ่งที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ผู้ให้สัมภาษณ์จำนวนน้อยยังเก็บรักษาของใช้โบราณ เช่น หวดดินเผา ไหน้ำปลา ไหปลาร้า เป็นต้น

โดยสรุป ระเบียบวิธีวิจัยเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึกเพื่อนำรายละเอียดวิถีชีวิตในอดีตของผู้สูงอายุ มาอธิบายปรากฏการณ์ที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลาง ปัญหาในการวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เกิดขึ้นกับการสัมภาษณ์ผู้ที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป หลายท่านเริ่มมีปัญหาเรื่องความจำ แต่พบว่า ปรากฏการณ์ในคนกลุ่มนี้มีเอกลักษณ์น่าสนใจ เพราะมีสาระหลายประการที่แตกต่างจากผู้ให้สัมภาษณ์อายุน้อยลงมา กลุ่มอายุ 80 ปี อยู่กับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติมากกว่า ชุมชนมีความหนาแน่นน้อย การเดินทางออกนอกพื้นที่ใช้เรือและเดินมากกว่ารถ ทำให้มีประสบการณ์อาหารนอกบ้านน้อย และมีความยึดมั่นในพระพุทธศาสนา มาก หลายท่านมีความทรงจำเกี่ยวกับทหารญี่ปุ่นในช่วงสงครามโลกครั้งที่สอง และไม่ค่อยมีประสบการณ์เกี่ยวกับทหารอเมริกันช่วงสงครามเวียดนาม

บทที่ 4

ผลการวิจัย

อาหารไทยภาคกลาง

ผลการวิจัยสามารถตอบคำถามการวิจัย “วัฒนธรรมอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติเป็นอย่างไร และก่อนปีพ.ศ. 2498 มีการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติหรือไม่ อย่างไร” โดยสรุปได้ดังนี้

1. อาหารไทยที่คนไทยคุ้นเคย เช่น ข้าวสวย ข้าวต้ม น้ำพริก แกงส้ม แกงเผ็ด แกงคั่ว แกงเขียวหวาน แพนง ต้มยำ ปลาแดกเดี่ยว ปลาเค็ม ปลาย่าง แกงจืด ขนมหุ้น ก๋วยเตี๋ยว เป็นอาหารที่สืบทอดมาตั้งแต่โบราณ พ่อแม่ปู่ย่าตายายของผู้ให้สัมภาษณ์ใช้เลี้ยงดูบุตรหลาน และถ่ายทอดวิธีการทำและวิธีการบริโภคจนมาถึงปัจจุบัน
2. รูปแบบและรสชาติอาหารในอดีตไม่แตกต่างจากปัจจุบันมากนัก ความแตกต่างเกิดจากส่วนผสม พืชผักตามธรรมชาติในท้องถิ่นมีปริมาณน้อยลงและไม่หลากหลายเหมือนเดิม พืชผัก ส่วนผสมจากต่างถิ่น และเครื่องปรุงแต่งรสชาติมีให้เลือกมากขึ้น สามารถซื้อหาได้สะดวก ร้านอาหารและอาหารสำเร็จรูปมีมากขึ้น ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน กล่าวว่า อาหารมีความแตกต่างกัน แต่ไม่ใช่ที่ลักษณะอาหาร ความแตกต่างเกิดจากการใช้สิ่งปรุงแต่งเสริมรสชาติมาก สมัยก่อนอาหารอร่อยเกิดจากความสามารถของผู้ปรุง
3. คนไทยในอดีตปรุงอาหารรับประทานในครัวเรือน เด็ก ๆ ไม่สามารถเลือกรับประทานตามใจชอบ การรับประทานอาหารทอด ของหวาน และของว่างมีน้อย และการซื้ออาหารสำเร็จรูปหรือรับประทานอาหารนอกบ้านมีน้อยมาก โดยเฉพาะผู้ที่มี 80 ปีขึ้นไป
4. อาหารไทยนิยมตั้งชื่อตามลักษณะอาหาร องค์ประกอบในอาหาร หรือสิ่งมงคล ดังนั้นอาหารชื่อเดียวกันอาจมีลักษณะแตกต่างในแต่ละท้องถิ่น และอาหารชนิดเดียวกันมีชื่อเรียกที่แตกต่างกัน เช่น คนพิษณุโลกเรียก “ปลาแดกเดี่ยว” ว่า “ปลาเกลือ”
5. อาหารข้ามวัฒนธรรมเกิดขึ้นมานานแล้ว แต่ความแพร่หลายของอาหารต่างชาติไปยังคนไทยทุกระดับเกิดขึ้นไม่นานมานี้ ไม่ใช่เกิดขึ้นในช่วงสงครามเวียดนาม สาเหตุสำคัญ คือ ผู้บริโภคไม่สามารถซื้อหาเครื่องปรุงหรืออาหารสำเร็จรูปได้ ร้านอาหารต่างชาติมีอยู่น้อย สาเหตุอื่น ๆ ได้แก่ ไม่มีเงิน ยึดติดในรสชาติอาหารไทย ทำอาหารรับประทานเองที่บ้าน และการซื้ออาหารนอกบ้านรับประทานเป็นสิ่งที่ไม่ดี อาหารต่างชาติเข้ามามีบทบาทในกลุ่มผู้สูงอายุอย่างมาก เมื่อมีการเจริญเติบโตของการท่องเที่ยว การค้าระหว่างประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งธุรกิจค้าปลีกสมัยใหม่ที่แพร่ไปยังต่างจังหวัด
6. อาหารไทยที่รับมาจากวัฒนธรรมต่างชาติ มีมานาน แต่ไม่มีโอกาสรับประทานมากนัก ถ้าเป็นอาหารคุ้นเคยมาตั้งแต่ยังเด็กจะไม่นับว่าเป็นอาหารต่างชาติ เช่น ก๋วยเตี๋ยว เพราะอาหารเหล่านั้นมีการปรุงให้ถูกปากคนไทยหรือมีรสชาติแบบไทย ๆ
7. ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ไม่นิยมอาหารต่างชาติ ผู้ที่รับประทานอาหารต่างชาติได้บ้างจะเป็นผู้ที่มีการศึกษาสูงหรือมีกลุ่มสังคมกว้างขวาง อาหารที่รับมาจากวัฒนธรรมต่างชาติ แต่ถ้าเป็น

อาหารที่คุ้นเคย รับประทานมาตั้งแต่ยังเด็ก เช่น ก๋วยเตี๋ยว ผู้บริโภคจะไม่คิดว่าเป็นอาหารต่างชาติ เนื่องมาจากอาหารเหล่านั้นมีการปรุงให้ถูกปากคนไทยหรือมีรสชาติแบบไทย ๆ

8. **แม่เป็นผู้กำหนดวัฒนธรรมการกิน** ส่วนใหญ่ผู้สูงอายุเรียนรู้การทำอาหารจากการสังเกตแม่ ลูกทั้งชายและหญิงช่วยเหลือในการทำอาหารมากกว่าถูกบังคับให้ทำ การกำหนดว่าผู้ใดจะเป็นผู้ทำอาหารขึ้นอยู่กับภาระหน้าที่อื่น ๆ ในบ้านด้วย ถ้าแม่ทำงานนอกบ้านมาก ต้องหาเลี้ยงชีพ ไม่มีเวลาทำอาหาร รูปแบบอาหารภายในบ้านจะไม่หลากหลาย
9. **สิ่งที่เลือนหายไปจากสังคมไทย** คือ ความอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ ชีวิตสมถะและปลอดภัย สันติ ธรรมชาติที่สะอาดบริสุทธิ์ ไม่ต้องเกรงกลัวสารเคมี สังคมไทยในสมัยผู้ให้สัมภาษณ์ยังเป็นเด็กไม่มีการพูดถึงอาหารปลอดภัยหรืออาหารเพื่อสุขภาพ

การวิจัยซึ่งเรียนรู้วัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 จากผู้สูงอายุตั้งแต่ 66-96 ปี ที่เกิดและเติบโตในกรุงเทพมหานคร พระนครศรีอยุธยา เพชรบุรี นครสวรรค์ (ตากลิ) และพิษณุโลก และพบว่า พิษณุโลกซึ่งถูกกำหนดเป็นจังหวัดทั้งในภาคกลาง (ตอนบน) และภาคเหนือ (ตอนล่าง) มีวัฒนธรรมอาหารแบบภาคกลาง

การวิจัยนำเสนอผลการวิจัยตามกรอบแนวคิดการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์ในงานทางการตลาดและการประชาสัมพันธ์อาหารไทย ตามลำดับดังนี้ 1) ลักษณะผู้บริโภค 2) เหตุผลในการบริโภค 3) ลักษณะอาหาร (ประเภท รูปแบบ รสชาติ) 4) สถานที่ (แสวงหา ซื้อ ปรุง บริโภค เก็บรักษา) 5) ผู้มีส่วนร่วม 6) เวลา/วโรกาส และ 7) ขั้นตอนการบริโภค

ลักษณะผู้บริโภค

การวิจัยพิจารณาลักษณะผู้บริโภคที่ส่งผลต่อความแตกต่างของรูปแบบอาหารและพฤติกรรมผู้บริโภค ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา อาชีพ เชื้อชาติ ศาสนา พื้นที่อยู่อาศัย และฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจ

เพศ แม่เป็นผู้ธำรงรักษาและกำหนดวัฒนธรรมอาหารการกิน แต่หน้าที่ในการทำอาหารไม่มีการบังคับว่าผู้ใดจะเป็นผู้ทำ เป็นการช่วยเหลือกันมากกว่าถูกบังคับ การทำหน้าที่มีลักษณะยืดหยุ่น เน้นที่การทำหน้าที่ทุกอย่างของบ้านให้ครบถ้วน ดังนั้น ตา พ่อ พี่ชายอาจมีหน้าที่หรือช่วยทำอาหาร แม่จะเป็นผู้กำหนดว่า ใครควรทำอะไร เช่น เลี้ยงน้อง ช่วยทำไร่นา หรือค้าขาย เด็กสามารถเลือกที่จะเล่นแทนการช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่สามารถช่วยเหลือพ่อแม่ในการทำอาหารตั้งแต่อายุ 10 ขวบ ครอบครัวใดก็ตามที่พ่อหรือแม่เสียชีวิตตั้งแต่ยังเด็ก พี่สาวหรือชายจะเริ่มต้นการทำอาหารเร็วขึ้น ถ้าแม่มีภาระกิจนอกบ้านมาก ไม่มีเวลาทำอาหาร รูปแบบอาหารในบ้านจะง่าย ๆ และไม่หลากหลาย แม่จะให้ทำอาหารง่าย ๆ ประทับชีวิต เช่น ไข่ต้ม ไข่ทอด ในวันที่แม่หยุดพักแม่จะทำอาหารพิเศษให้รับประทาน ครอบครัวของผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวเดี่ยว ไม่มีปู่ย่าตายายอาศัยอยู่ในบ้าน การเรียนรู้การทำอาหารมาจากแม่เป็นหลัก โดยแม่เรียนรู้จากยายหรือผู้ใหญ่ในบ้าน และทำเช่นเดียวกับแม่ คือ เรียนรู้เพิ่มเติมโดยการสังเกตจากผู้เชี่ยวชาญที่มาช่วยปรุงอาหารและขนมเมื่อมีงานประจำปีที่วัดหรืองานเลี้ยงของคนในชุมชน ผู้ให้สัมภาษณ์หญิงส่วนใหญ่ทำอาหารได้ มีสองประเภทที่ไม่ทำหรือไม่ชอบอาหาร คือ 1) พี่น้องมีหลายคน สามารถเลือกไม่ทำอาหาร แต่ส่วนใหญ่ช่วยในหน้าที่อื่นในครัว และ 2)

พ่อแม่หรือญาติผู้ใหญ่ หรือที่กำหนดให้ทำหน้าที่อย่างอื่น ผู้ให้สัมภาษณ์ชายบางส่วนทำอาหารได้และบางคนทำได้ดีมาก ถึงแม้ในฐานะลูกชายไม่มีหน้าที่ทำอาหารในบ้าน แต่จะเรียนรู้เพื่อเอาตัวรอดเมื่อต้องไปเรียนหรือไปอยู่ที่อื่น บางส่วนเลือกที่จะซื้ออาหารรับประทาน กลุ่มนี้มีความทรงจำเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารไม่ตึก ผู้ใดที่ทำอาหารได้จะจดจำรายละเอียดเกี่ยวกับอาหารได้ดี บ้านใดที่ไม่มีลูกสาว ลูกชายจะช่วยแม่ทำอาหาร สามารถทำอาหารแทนแม่เมื่อแม่ทำงานนอกบ้าน **สิ่งที่น่าสนใจที่ค้นพบ คือ ผู้หญิงขยันขันแข็ง ทำงานนอกบ้านมาก** ถ้าไม่ทำนาทำสวนทำไร่ จะค้าขาย แต่งานราชการสำหรับผู้หญิงในต่างจังหวัดยุคนี้มีน้อย

อายุ ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกช่วงอายุอธิบายวัฒนธรรมอาหารไทยคล้าย ๆ กัน ทั้งในแง่ประเภทอาหาร วิธีการเรียนรู้ และมีความรักในอาหารไทย ความแตกต่างอยู่ที่ประสบการณ์กับอาหารสำเร็จรูป ผู้ให้สัมภาษณ์ที่มีอายุ 80 ปีขึ้นไป กล่าวว่า อาหารขายน้อยมาก ร้านค้าน้อย อาหารส่วนใหญ่ต้องทำเอง ผู้ที่อายุน้อยลง กล่าวว่า ซื้ออาหารได้ง่ายขึ้น สามารถซื้อเครื่องปรุงจากตลาดหรือร้านค้าได้อย่างสะดวก **ผู้ให้สัมภาษณ์ช่วงอายุ 70 ปีเป็นกลุ่มที่ดีที่สุดในการศึกษาครั้งนี้** เพราะมีประสบการณ์เกี่ยวกับเมืองไทยในอดีตมายาวนาน และยังมีความทรงจำที่ดี ผู้ที่สูงอายุกว่านั้น ส่วนใหญ่เริ่มมีปัญหาความทรงจำ ให้รายละเอียดได้น้อยกว่า แต่มีเกร็ดเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่น่าสนใจ

การศึกษา ผู้ให้สัมภาษณ์ในชนบทส่วนใหญ่มีการศึกษาไม่เกินป.4 ผู้ที่อยู่ในเมืองทั้งต่างจังหวัดและกรุงเทพฯ มีการศึกษาตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงอุดมศึกษา นักวิชาการและข้าราชการส่วนใหญ่จบปริญญาตรีขึ้นไป ความทรงจำและความสามารถในการถ่ายทอดเรื่องราวไม่เกี่ยวกับระดับการศึกษา แต่เกี่ยวกับกลุ่มสังคมและประสบการณ์ที่มีเกี่ยวกับอาหาร โดยเฉพาะผู้ที่ทำอาหารเองใน童年เด็กจะจดจำเรื่องราวได้ดี

เป้าหมายที่พิษณุโลกมีการศึกษาสูง “ป่าไม่ค่อยไปไหน อาหารแปลก ๆ ค่อยไม่รู้จัก ไม่อยากกิน กินแต่อาหารไทย”

อาชีพ ผู้ให้สัมภาษณ์มีทั้งเกษตรกร รับจ้าง ค้าขาย แม่บ้าน เจ้าของหรือผู้ทำงานเกี่ยวกับอาหารหรือขนม ข้าราชการ และนักวิชาการ **ทุกท่านบรรยายเกี่ยวกับอาหารไทยไม่แตกต่างกันมากนัก หากแต่ละอาชีพให้มุมมองที่น่าสนใจแตกต่างกันไปบ้าง** เกษตรกรสามารถให้รายละเอียดเกี่ยวกับธรรมชาติพืชผลทางการเกษตร การทำเครื่องปรุง การจับปลา และการหาของป่าได้เป็นอย่างดี เห็นการเปลี่ยนแปลงทางธรรมชาติอย่างชัดเจน ผู้รับจ้างและค้าขายสามารถบรรยายเกี่ยวกับอาหารสำเร็จรูปได้ดีกว่า เพราะต้องอาศัยบริโภคอาหารกลุ่มนี้เมื่อทำงาน แต่บางคนยังกลับบ้านหรือกินอาหารที่บ้านเป็นส่วนใหญ่ ผู้ที่ทำการค้าช่วยบรรยายเกี่ยวกับร้านค้า สินค้าที่มาจากต่างถิ่น การสั่งของ และการขนส่ง ทำให้เห็นภาพตลาดในอดีต เจ้าของร้านอาหารและขนมช่วยบรรยายเกี่ยวกับอาหารสำเร็จรูป ร้านอาหารร้านขนม และการปรุง ข้าราชการและนักวิชาการสามารถอธิบายมุมมองเกี่ยวกับอาหารไทยได้อย่างกว้างขวาง เนื่องจากมีทั้งประสบการณ์ชีวิต ความรู้ทางวิชาการ และประสบการณ์การทำงานมาก แต่ผู้ที่อธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับอาหารได้ดีที่สุด คือ แม่บ้าน นอกจากนี้ การวิจัย พบว่า ประสบการณ์เกี่ยวกับอาหารต่างชาติขึ้นอยู่กับพื้นฐานครอบครัวและสถานภาพทางสังคม

เชื้อชาติ ศาสนา การวิจัยนี้ศึกษาคนไทยพุทธ มุสลิม และเชื้อสายจีน เนื่องจากบรรพบุรุษของคนไทยทั้งสามกลุ่มสร้างสรรค์และดำรงรักษาวัฒนธรรมอาหารที่มีเอกลักษณ์ในสังคมไทย ในสมัยผู้ให้สัมภาษณ์ยังเป็นเด็ก อาหารไทยไม่มีเชื้อชาติ ศาสนา ทุกคนกินอาหารไทยคล้าย ๆ กัน อาหารรูปแบบง่าย ๆ ข้าว ปลา น้ำพริก แกง ผัก เพียงแต่ระมัดระวังให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของสังคมและศาสนา คนจีนก็กินน้ำพริก กินแกง แต่รุ่นพ่อแม่ที่อพยพมาจากเมืองจีนใหม่ ๆ ไม่นิยมอาหารเผ็ด ถ้าไม่ทำอาหารไทยในบ้าน จะซื้อจากตลาดหรือแม่ค้า เพราะทำเป็นเพียงบางอย่าง คนจีนคนอดทน พยายามกินอยู่ง่าย ๆ ต้องทำอาหารเพราะจำเป็นต้องประหยัด คนไทยพุทธและมุสลิมยึดมั่นในพระศาสนามาก คนรุ่นปู่ย่าตายายและพ่อแม่ของผู้ให้สัมภาษณ์ต้องตักบาตร ต้องไปวัดวันพระและต้องอยู่ฟังธรรม หลายคนอธิบายความกลัวการฆ่าสัตว์เพื่อมาทำอาหาร ทำให้ไม่นิยมเลี้ยงหมู เลี้ยงไก่เพียงเพื่อกินไข่ ซื้อที่ตลาดเพราะกลัวไม่ยากจับปลา คนมุสลิมไปร่วมพิธีทางศาสนาอย่างสม่ำเสมอ ความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มชนสงบสุข มีการแลกเปลี่ยนอาหารระหว่างกันบ้าง นอกจากนี้ อาหารจากวัฒนธรรมอื่น ๆ ปรากฏอยู่บ้าง แต่ไม่มากนักส่วนใหญ่เป็นอาหารที่อยู่มานาน มีการปรับให้เข้ากับสังคมไทยแล้ว เช่น ก๋วยเตี๋ยวมีทั้งต้มจืด ต้มยำ และแบบผัด ทำให้ผู้ให้สัมภาษณ์คิดว่าเป็นอาหารไทย อาหารที่ยังคงเข้าใจว่าเป็นอาหารจีน เช่น ขนมจีบ ซาลาเปา เป็นอาหารที่มีขายน้อยมาก แม้แต่คนจีนก็ไม่ทำกินที่บ้าน หลายคนไม่ค่อยมั่นใจว่าเคยเห็นอาหารเหล่านั้นหรือไม่ แต่คิดว่าอาหารแบบจีนหลายอย่างมีขายที่ชุมชนใหญ่ ๆ

คนไทยมุสลิมบางพื้นที่มีโอกาสรับประทานอาหารปรุงด้วยเครื่องเทศที่สืบทอดมาจากชาวอินเดียหรือตะวันออกกลางในช่วงวันสำคัญ ปกติรับประทานอาหารรสชาติแบบไทย ดังนั้น ผู้สูงอายุไทยมุสลิมหลายคนไม่ค่อยกินและไม่นิยมรับประทานอาหารที่ปรุงด้วยเครื่องเทศแรง ๆ

ป้าเคยที่บางลำภูทำอาหารอร่อยมาก “ป้าชอบอาหารแบบไทย ๆ ป้าไม่ชอบอาหารเครื่องเทศ ชอบแกงส้ม น้ำพริก”

ป้าลัดดาที่บางลำภู “สมัยก่อนทำกินเอง ซื้อจากตลาดยอดมาทำ ป้ากินอาหารไทย ข้าวแกงส้ม พริกแกง ของ (อาหาร ขนมสำเร็จรูป) มีขายหน้าตลาด ไม่ค่อยซื้อกิน แต่เดี๋ยวนี้ซื้อ กินได้ (อาหารเครื่องเทศ) ป้าไปเที่ยวมาทั่ว ได้ลองอาหารหลายอย่าง ชอบส้มตำ เคยกินเผ็ดมาก แต่เดี๋ยวนี้ไม่ค่อยกิน”

ป้าณอมที่ลุมพินี พระนครศรีอยุธยา “เด็ก ๆ ป้ากินอาหารแบบไทย พวกข้าว แกงส้ม ผักในน้ำ หากินได้ เอาผัด เอาต้มกินกับน้ำพริก อาหารเครื่องเทศไม่กิน หน้าโรงเรียนมีของขาย พวกขนม ก๋วยเตี๋ยว ข้าวหมกไก่ไม่มี เมื่อก่อนเขาไม่ขาย เข้าไปตลาดหัวรอ เอาแหไปขาย ไปซื้อของ จ้างเรือแจวไป สะดวกดี หัวรอมีเรือเต็มไปหมด คนเยอะมาก คนเอาของมาขาย มาซื้อของ อาหารขายก็ มีข้าวแกง ขนมไทย ๆ (ข้าวมันไก่ ปาท่องโก๋ ข้าวหมกไก่ ขนมปัง) อาจมี จำไม่ค่อยได้ จน ไม่ค่อยซื้อกิน”

คนไทยเชื้อสายจีนกินอยู่อย่างประหยัด มีโอกาสกินอย่างอุดมสมบูรณ์ในช่วงเทศกาลวันตรุษจีน ปกติคนจีนรับประทานอาหารจีนที่ปรุงง่าย ๆ และอาหารไทย คนจีนนิยมบริโภคข้าวมาก ก๋วยเตี๋ยวไม่ถือว่าเป็นอาหารที่คนจีนรับประทานเป็นประจำ หลายครอบครัวนิยมรับประทานน้ำพริกปลาทุ นอกจากนี้กินอาหารไทย คนจีนยังทำอาหารไทย อาหารลูกผสมขายด้วย

อาจอยู่ทั่วจักรตอนหนุ่ม ๆ “คนจีนกินข้าว เข้ากินข้าวสวย ผัดผัก กับข้าวแบบคนจีน กินข้าวแล้วมีแรงทำงาน”

ลุงชาตรีอยู่แถวนางเลิ้ง “พ่อกินอาหารง่าย อาหารไทยพวกแก ที่บ้านไม่ทำก็ซื้อเอา แถวบ้านคนมีขาย ไปซื้อของที่เยาวราชก็ได้ ไปบางลำภูก็ได้ นั่งรถรางไป รถรางมีหลายสาย กว้างเดี่ยว ข้าวมันไก่ ข้าวต้มกุ๊ยแถวโรงหนังที่บางลำภู นางเลิ้งมีข้าวแกงกระหรี่อร่อยมาก คนจีนขาย มีมานานแล้ว”

ป้าส้มแป้นและป้าลั้งที่พิษณุโลก “พ่อมาจากเมืองจีน กินอาหารจีนง่าย ๆ คนจีนประหยัด ที่บ้านกินอาหารไทยด้วย ไม่ทำเองก็ซื้อ บ้านอยู่แถวตลาดใต้ ซื้อกินได้ ป้าชอบข้าวน้ำพริกปลาทุ”

ลุงสมศักดิ์ที่ตากสิน “แม่ทำทั้งอาหารไทยจีน แม่กินเผ็ดได้ กินปลาร้าได้ พ่อไม่กิน ทำน้ำพริกใส่มะขี้ก่า ต้มยำกุ้ง ไข่ทอด ผัด แกง กินข้าวเจ้า ผลไม้ ขนมทำบัวลอย อยู่อย่างประหยัด แต่มีกิน”

การสัมภาษณ์ในทุกจังหวัด พบว่ามีเพียงอีกเชื้อชาติเดียวที่ถูกกล่าวถึง คือ “คนมอญ” ผู้ให้สัมภาษณ์ กล่าวว่า คนมอญที่อยู่แถวบ้านหรือเป็นญาติมีอาหารบางอย่างที่เป็นเอกลักษณ์ สำหรับอาหารฝรั่ง อิตาลี อินเดีย ญี่ปุ่น และเกาหลี ส่วนใหญ่ไม่เคยรับประทานตอนเด็ก บางส่วนมีโอกาสรับประทานในช่วงเรียนระดับมหาวิทยาลัยหรือเมื่อทำงาน และมีโอกาสรับประทานมากขึ้น เมื่อรุ่นลูกรุ่นหลาน (ส่วนมากเป็นรุ่นหลาน เพราะเติบโตในยุคที่อาหารต่างชาติแพร่หลายแล้ว) พาไปรับประทานในห้างสรรพสินค้า แต่อย่างไรก็ดี ผู้สัมภาษณ์ส่วนมากไม่ชอบอาหารต่างชาติอย่างมาก หลายท่านถึงขั้นไม่ต้องการทดลองรับประทาน แต่เมื่อสอบถามว่าเคยรับประทานขนมปัง เนย แยม ไส้กรอกไหม ส่วนใหญ่เคยกินขนมปังกรอบและขนมปังหัวกระโหลก แต่เป็นการกินเปล่า ๆ เป็นขนม ไม่เคยกินเนย แยม ไส้กรอกตอนเด็ก ๆ ยกเว้นบางท่านที่อาศัยอยู่ในกรุงเทพฯ

พื้นที่อยู่อาศัย อาหารไทยของทั้ง 5 จังหวัดคล้ายคลึงกัน ความแตกต่างของลักษณะอาหารที่บริโภคเกิดจากความนิยมในแต่ละบ้าน แต่ละบุคคลมากกว่า เช่น แม่กินปลาร้า พ่อไม่กิน ปัจจัยที่ส่งผลต่อความแตกต่างในแต่ละพื้นที่มากที่สุด คือ แหล่งที่มาเครื่องปรุงอาหาร

คนในเมืองที่มีบ้านเล็กหรืออยู่ตึกแถวริมถนน ไม่มีที่เพาะปลูก จะซื้อทุกอย่างจากตลาด ถ้าบ้านมีที่ดินบ้างจะปลูกสวนครัว กว๊วย และผลไม้บ้าง ถ้าบ้านไม่ไกลจากแหล่งน้ำมากอาจจับปลา กุ้งจากแม่น้ำลำคลอง เพราะสมัยก่อนอุดมสมบูรณ์มาก สัตว์น้ำลดลงมากหรือหายไปราว 30-40 ปีมานี้

คนในชนบทที่มีพื้นที่ทำกินมีอาหารจากผลผลิตการเกษตรและหาเพิ่มเติมจากพืชพรรณตามธรรมชาติในบริเวณใกล้เคียง เช่น การหาเห็ด หน่อไม้ ผักป่า ถ้าอยู่ริมน้ำ มีที่นา บึง หรือบ่อจะมีปลาบริโภคสม่ำเสมอ แต่เครื่องปรุง เช่น หอม กระเทียม มะพร้าว วนัสนั่น ดอกไม้จีน เห็ดหูหนู เต้าเจี้ยว น้ำมัน น้ำตาล น้ำปลา และกะปิ สิ่งที่ปลูกหรือทำเองไม่ได้จะซื้อที่ตลาดนาน ๆ ครั้ง

คนที่อยู่ในชนบทที่มีบ้านเล็ก ๆ บ้านอยู่ห่างไกลจากแหล่งน้ำ จะมีสวนครัวเล็กน้อย หาของป่า บ้าง เครื่องปรุงส่วนใหญ่ซื้อจากร้านค้าแถวบ้าน เพราะการไปตลาดลำบากมาก ต้องเดินเป็นระยะทางไกล เพื่อไปขึ้นรถหรือลงเรือต่อไป

คนที่อยู่ใกล้ตลาด ริมถนน ริมน้ำมีประสบการณ์กับอาหารสำเร็จรูปของแม่ค้าเร็วกว่า แต่ในบางพื้นที่ แม่ค้าเร่หาบเข้ามาขายถึงสวนหรือพื้นที่ห่างไกล

ลุงวันลี บ้านอยู่ฝั่งธนบุรี เล่าว่า “บ้านอยู่ในสวนลึก แต่เคยเห็นแม่ค้าเข้ามาขาย”

ป้าวรรณทำอาชีพขายเรือขายอาหารแถวบ้านแหลม เพชรบุรี “ป้าขายขายไปตามคลองสาขาลึก ๆ วันละหลายกิโลเมตร บางจุดไปอาทิตย์ละสองครั้ง”

การซื้ออาหารที่ไม่ผลิตและไม่ใช้อาหารตามธรรมชาติ เช่น หมู ไก่ น้ำตาล น้ำมัน เครื่องปรุงรสอาหารหรือขนมสำเร็จรูป

ป้าประเสริฐที่วัดตุ้ม พระนครศรีอยุธยา เล่าว่า “แม่เอาของไปขายที่หัวรอ แม่จะซื้อขนมปังกรอบ ร้อยเป็นพวง ๆ เอามาให้ลูกแบ่งกันคนละนิดหน่อย บางครั้งก็มีผลไม้ เงาะ มังคุด คนละลูกสองลูก เมื่อก่อนเป็นของหายาก”

ป้าสุนิรัยที่ตลาดหัวรอ พระนครศรีอยุธยา “พ่อแม่ไม่ร่ำรวย แต่หาของดี ๆ ให้กินเป็นประจำ พาไปเที่ยวกรุงเทพฯ ซื้อขนม ผลไม้จากเมืองจีนให้ ให้เงินติดตัวเพื่อซื้อของกิน”

ผู้ที่อาศัยอยู่ในชนบทห่างไกลต้องเดินทางไกลเพื่อซื้อไปจากตลาดประจำอำเภอหรือจังหวัด เพราะร้านค้าในหมู่บ้านหรือละแวกใกล้เคียงมีน้อยและมีสินค้าให้เลือกไม่มากนัก ชาวบ้านไปตลาดใหญ่ ๆ เพื่อขายผลผลิตทางการเกษตรและสินค้าที่ผลิตหรือซื้อสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิตและการทำอาชีพกลับมา มากกว่าไปซื้อแต่อาหารและเครื่องปรุง โดยเดินทางทางเรือเมล์ จ้างเรือแจว เดิน หรือใช้รถประจำทาง เด็ก ๆ ถือเป็นเรื่องสนุก แต่พ่อแม่ไม่ค่อยให้ไป ผู้ที่อยู่ริมน้ำหรือช่วงหน้าน้ำอาจมีโอกาซื้อสินค้าที่พ่อค้าแม่ค้าทั้งไทยและจีนนำมาขายทางเรือ ในสมัยก่อน ถ้าไม่ใช่หน้าน้ำ ลำธารและแม่น้ำบางสายต้นเขิน ไม่สามารถเดินทางทางเรือ การเดินทางลำบากมากยิ่งขึ้น ต้องเดินตัดท้องทุ่งเป็นระยะทางไกล เวลากลางคืนมีดมาก ผู้ที่อยู่ในพระนครศรีอยุธยานิยมเดินทางมาซื้อที่ตลาดหัวรอเพราะถือเป็นศูนย์กลาง เพชรบุรีอุดมสมบูรณ์มากจึงมีตลาดสำคัญหลายแห่ง ในเมืองตลาดสำคัญอยู่ที่ริมแม่น้ำเพชรบุรี บ้านแหลมอยู่ที่วัดปากคลอง ตาคีตลาดอยู่แถวสถานีรถไฟ พิชณุโลกคนไปที่ตลาดใต้และตลาดวัดใหญ่ กรุงเทพฯ มีตลาดสำคัญมากที่สุด แต่เมื่อ 60 ปีที่แล้ว พระนครและธนบุรียังไม่กว้างใหญ่ คนทั้งประเทศมี 20 ล้านคน

ลุงแสงบ้านอยู่แถวสีห่าน บอกว่า “เมื่อก่อนถึงสะพานควายก็บ้านนอกแล้ว ยังทำนาอยู่เลย”

การศึกษาอาหารต่างชาติของคนในแต่ละพื้นที่พิจารณาการปฏิสัมพันธ์กับคนต่างชาติซึ่งเป็นพื้นฐานของการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรม ผู้ให้สัมภาษณ์ในกรุงเทพฯ พระนครศรีอยุธยา ตาคี และพิษณุโลก มีโอกาสพบปะหาญปุณในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 บ้าง แต่เป็นการสังเกตห่าง ๆ เพราะความหวาดกลัว สิ่ง

ที่ทุกคนจำได้ดี คือ หวอ เครื่องบิน การทิ้งระเบิด และญี่ปุ่นแก้ผ้าอาบน้ำในแม่น้ำ ลำคลอง ทุกคนจำได้ว่า คอยหลบเพราะรู้สึกไม่ค่อยดี ผู้ให้สัมภาษณ์ท่านหนึ่ง เล่าว่า ญี่ปุ่นอุ้มเล่นและเอารูปเด็กออกมาให้ดู ส่วนใหญ่เล่าว่าพ่อแม่พาหลบไปซ่อน กลัวทหารญี่ปุ่นเอาตัวไป บางบ้านพ่อแม่ให้เด็กอพยพไปอยู่ที่อื่น ท่านหนึ่ง เล่าว่า พ่อตีเพราะออกมาให้ญี่ปุ่นเห็น มีเพียงท่านเดียวที่มีประสบการณ์เกี่ยวกับอาหารหรือของใช้ของญี่ปุ่น ส่วนใหญ่จำได้ว่าพบเห็นทหารญี่ปุ่นซื้อสินค้าจากคนไทยเป็นจำนวนมาก และท่านหนึ่ง เล่าว่า ท่านชอบหอบก๊วยเตี๋ยวไปขายทหารญี่ปุ่นในค่ายทหาร เพราะขายดี เป็นอาหารที่ญี่ปุ่นนิยมรับประทาน การวิจัย คาดว่า ทหารญี่ปุ่นมีโอกาสเรียนรู้วัฒนธรรมอาหารไทยมากกว่าคนไทยเรียนรู้วัฒนธรรมญี่ปุ่น แต่ถ้ามอง คนไทยที่มีประสบการณ์โดยตรงกับญี่ปุ่นคงต้องเป็นผู้ใหญ่ในขณะนั้น ปัจจุบันเสียชีวิตหมดแล้ว

การวิจัยครั้งนี้ตั้งเคยสมมติฐานว่า การเปลี่ยนแปลงของอาหารไทยเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วหลัง สงครามเวียดนาม เนื่องจากโลกาภิวัตน์เริ่มต้นในช่วงนั้น คนต่างชาติเข้ามาในประเทศไทยมากขึ้น เพราะการเดินทางระหว่างประเทศสะดวกรวดเร็วกว่าสมัยโบราณ จากการสัมภาษณ์ก๊วยเตี๋ยวที่ตลาด พบว่า ส่วนใหญ่แทบไม่มีประสบการณ์กับคนอเมริกันหรือฝรั่งที่เข้ามาในช่วงสงครามเวียดนามเลย แม้กระทั่งผู้ที่อาศัยในบางลำพู กล่าวว่า พบเห็นฝรั่งเมื่ออายุมากแล้ว ในช่วงเวลาที่มีการท่องเที่ยวเจริญเติบโต สำหรับผู้ที่อาศัยอยู่ในตลาด ส่วนใหญ่เป็นการสังเกตทาง ๆ ยกเว้นทหารและเจ้าหน้าที่กองบิน 4 แม้กระทั่งเจ้าของบ้านเช่าและร้านอาหารก็ไม่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับทหารอเมริกัน

ฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจ ผู้ให้สัมภาษณ์มีทั้งฐานะยากจน ปานกลาง และฐานะดี ผู้ที่มีฐานะดีมีบทบาททางสังคมสูงด้วย การวิจัยนี้ไม่ศึกษาชนชั้นสูงของประเทศโดยตรง เพราะ 1) มีหลักฐานวัฒนธรรมอาหารของกลุ่มนี้มากแล้ว และ 2) ต้องการศึกษาวรรณกรรมหลวงหรือวรรณกรรมของคนทั้งชาติผ่านทางวรรณกรรมของคนภาคกลาง และวรรณกรรมราษฎร์ซึ่งเป็นวิถีชีวิตและความเป็นอยู่ของกลุ่มต่าง ๆ ทั้งในเมืองและชนบทในภาคกลาง ผู้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ไม่มีประสบการณ์เกี่ยวกับอาหารชาววัง

ผู้ให้สัมภาษณ์ทุกกลุ่มมีวัฒนธรรมการกินคล้ายคลึงกัน ดังนี้

- 1) การบริโภคอาหารสองถึงสามมื้อ ไม่มีการกำหนดเวลาที่แน่นอน
- 2) ประเภทอาหารไม่แตกต่างกันและไม่แตกต่างจากอาหารในปัจจุบัน คือ รับประทานข้าวเจ้า ปลาอย่าง ปลาทอด ปลาสด ปลาเค็ม น้ำพริก หลน ต้มยำ แกงจืด แกงเผ็ด ผัดจืด ผัดเผ็ด และผัด ผู้ให้สัมภาษณ์พูดถึงปลาน้ำจืดมากกว่าปลาทะเล ยกเว้นปลาทุหลายท่ายเลือกไม่กินปลาร้า ข้าวเหนียวใช้ในการทำขนมมากกว่ารับประทานเป็นอาหาร
- 3) การรับประทานขนมหวานหรือของว่างเกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง คนในเมืองรับประทานอาหารทอดมากกว่า เพราะสามารถซื้อน้ำมันได้ง่าย
- 4) การปรุงอาหารรับประทานที่บ้าน การไปร้านอาหารและการซื้ออาหารสำเร็จรูปมีน้อยมาก อาหารสำเร็จรูปซื้อนำกลับมารับประทานที่บ้าน อาหารนอกบ้านส่วนใหญ่เกิดขึ้นช่วงเดินทางไกล
- 5) ฐานะทางเศรษฐกิจส่งผลต่อคุณภาพของข้าวมากกว่าความหลากหลายของอาหารในแต่ละมื้อ เพราะครอบครัวส่วนใหญ่อยู่อย่างพอเพียง

ผู้บริโภคในยุคนั้นไม่ว่ามีฐานะใดใช้ชีวิตอย่างสมถะ อาหารแต่ละมื้อไม่มากมาย การทำอาหารอาจทำเผื่อไว้สำหรับมือถัดไป ไม่ทำไว้มาก ๆ เพราะไม่มีตู้เย็นเหมือนในปัจจุบัน การบริโภคระหว่างมื้อและ

อาหารจุกจิกมีน้อย ไม่นิยมรับประทานอาหารนอกบ้าน และไม่สามารถหาซื้อเครื่องปรุงและอาหารต่างชาติ เพราะร้านอาหารและร้านค้าขายอาหารสำเร็จรูปมีน้อย

ผู้ที่มีฐานะทางการเงินในชนบท มีชีวิตอย่างอุดมสมบูรณ์ แต่ไม่สะดวกสบายเหมือนผู้ที่อยู่ในชุมชนใหญ่หรือในเมือง

ป้าละเอียดยู่ที่พรหมพิราม พิษณุโลก “พ่อแม่มีรายได้ดีจากการขายข้าวและผลผลิตบ้านอยู่ใกล้เมือง นาน ๆ จะไปซื้อของจากร้านค้า ต้องเตรียมทุกอย่างเอง ทำน้ำมันจากหัวปลาสรร้อย ตัดหัวออก แล้วเอาหัวเคี้ยวน้ำมัน ใช้ทอดดีมาก ตัวใช้ทำน้ำปลา ทำปลาร้าด้วย ทำจากปลาช่อน ปลากระดี่ ทำปลาแห้งเก็บไว้กิน ตากรรมควั่นไว้ให้แห้ง ปลุกอ้อย ทำน้ำตาล กวนเก็บไว้เป็นขนมใส่ไส้ เหนียว ๆ ดึงออกมากินเป็นขนม แล้วเอาไว้รับแขก ยกมากับหมากพลู ข้าวอ่อนเอามาทำข้าวเม่า ปลุกมะพร้าวไว้ทำแกงและขนม ปลุกกล้วยเอาไว้ทำไส้สระพัด ทุกอย่างทำเอง เห็นแม่ทำงานยุ่งตลอดเวลา”

ผู้ที่มีฐานะยากจนกล่าวถึงความอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ อาหารตามธรรมชาติหาได้ง่าย ทำให้มีอาหารรับประทานอาหารครบสามมื้อได้เป็นส่วนใหญ่

ป้าบุญช่วยที่พระนครศรีอยุธยา เล่าว่า “หุงข้าว ทำน้ำพริกเผา (พริกเผา หอมกระเทียมเผา ใส่กะปิ มะนาว) หาผักแถวบ้านก็กินได้แล้ว อาจมีปลาบ้าง ไข่ไม่ค่อยได้กินหรอก เลี้ยงแต่เอาไข่ขาย ไข่ต้มใบนี้แม่ยังให้แบ่งกับน้อง ส่วนใหญ่ไม่ค่อยได้กินหรอก บ้านจน (แล้วกินวันละก๋ม้อ) สามมื้อ”

ป้าสมพิศที่ตาคลี “กินข้าวกับพริกแห้งกับผัก ไม่ค่อยมีกิน ต้องให้น้องกิน (ไม่มีกิน แล้วกินก๋ม้อ) กินสามมื้อ กินปลาปิ้ง ไม่ค่อยทอด น้ำมันก็มี พวกน้ำมันหมู ชอบเอามาคลุกกับข้าวกินเปล่า ๆ ขนมทำกินเองหลายอย่าง ขนมครก ลอดช่อง ขนมชั้น ขนมทองหยิบ ผอยทองมีเอาแรงตอนมีงาน”

เด็ก ๆ อาจไม่มีอาหารกลางวันรับประทานเมื่อไปโรงเรียน กลับมากินที่บ้านตอนเที่ยง หรือรอกลับมากินตอนเลิกเรียน บางครั้งพ่อแม่ให้เงินไปซื้ออาหารรับประทานที่โรงเรียน การขายอาหารและขนมหน้าโรงเรียนเป็นเรื่องธรรมดา มีมานาน เพียงแต่ไม่มีให้เลือกมาก ผู้ให้สัมภาษณ์ (แม้กระทั่งผู้ที่มีฐานะปานกลางและฐานะดี) ไม่ค่อยมีเงินพกติดตัว ส่วนใหญ่นำอาหารไปรับประทานที่โรงเรียน อาหารที่นำไปเป็นอาหารง่าย ๆ หรือเป็นเพียงของว่าง เช่น กล้วยปิ้ง หรือมีพ่อแม่ปู่ย่าตายายนำไปส่งให้

ผู้ให้สัมภาษณ์ที่มีฐานะปานกลางและฐานะดี พิจารณาจากพื้นที่ทำกิน อาชีพของพ่อแม่ และการสอบถามผู้ให้สัมภาษณ์โดยตรง ชาวชนบท กล่าวว่า การกินอยู่มีความอุดมสมบูรณ์ แต่ไม่ค่อยมีเงิน มีรายได้จากการขายสินค้าเกษตรกรรมและเครื่องจักสาน ไม่ค่อยผลิตสินค้าอื่นออกมาขาย เพราะทุกบ้านมีวัตถุดิบคล้ายกัน ทำอาหารกินกันเองในครัวเรือน มีการทำเพื่อแลกเปลี่ยนกันมากกว่าการนำไปขาย บางครั้งครอบครัวมีการแลกอาหารข้ามวัฒนธรรม เช่น บ้านพุทธได้รับอาหารเครื่องเทศจากเพื่อนบ้านมุสลิม เด็กมุสลิมมารับขนมกระยาสารทจากเพื่อนบ้านพุทธ

สิ่งแวดล้อมทางสังคมมีความสำคัญมากในเรื่องการยอมรับอาหารต่างชาติ กลุ่มที่มีสังคมกว้างขวางหรือพ่อแม่รับประทานอาหารต่างชาติจะมีโอกาสเรียนรู้ตั้งแต่ยังเด็ก และเมื่อมีการศึกษาสูง มีโอกาสขยายกลุ่มสังคม ทำให้ยอมรับอาหารต่างชาติได้มากกว่ากลุ่มอื่น เช่น อาจารย์ที่วิทยาลัยที่ถนนสุขุมวิท และบ้านที่บางลำภู มีประสบการณ์อาหารต่างชาติผ่านพ่อแม่ตั้งแต่ยังเด็ก และเมื่อเรียนในระดับมหาวิทยาลัยและทำงาน อาจารย์เบญจาเติบโตมากับอาหารไทย แต่เมื่อเป็นอาจารย์จึงมีโอกาสรับประทานอาหารหลายชาติ แต่อย่างไรก็ตาม ทั้งสามท่านรับประทานอาหารไทยเป็นหลัก เลือกอาหารต่างชาติเพียงบางประเภท ต่างกับผู้ที่มิกลุ่มสังคมแคบ ถึงแม้อยู่ในสังคมที่มีกับคนต่างชาติ แต่ไม่มีโอกาสหรือไม่สร้างโอกาสในการปฏิสัมพันธ์ ทำให้มีประสบการณ์อาหารต่างชาติน้อย

ป้าล้งอยู่ที่ตลาดเหนือ ตาคลี “พ่อแม่เป็นคนจีน ป้าไม่ต้องทำกับข้าว ต้องช่วยพ่อแม่ค้าขายในตลาด ป้าไม่ค่อยได้ไปไหน อยู่ขายของ กินอาหารไทยจีนง่าย ๆ ไม่เผ็ด ซื้อจากตลาดแถวนี้ทั้งหมด ตอนทหารอเมริกันมาศึกก็มาก ขายดี ขายให้เมียเช่า(อาหารต่างชาติ) ไม่ชอบเลย กินแต่ของง่าย ๆ (อาหารอิสลาม) ไม่เห็นขาย ไม่อยากกิน”

อีกประเด็นที่ทำให้ไม่มีโอกาสเข้าถึงอาหารต่างชาติ คือ ความเจริญของพื้นที่ สมัยก่อนมีลักษณะแบบชนบท การเดินทางไม่สะดวก ถึงแม้จะไม่ห่างไกล แต่สภาพแวดล้อมต่างกันมาก

ป้าบัวโรยและป้าสมพิศที่ตาคลี “เมื่อก่อนถนนหนทางมันไม่ค่อยสะดวก แถวบ้านรกราก เป็นพงลึกลงไป ไม่ใช่ทางเรียบ ๆ แบบตอนนี้ เขาถมขึ้นมา กลางคืนมืดมาก ถึงห่างจากร้านพวกนั้นไม่ไกล (2-3 กิโลเมตร) ก็ไม่เคยสนใจออกไปดู ไปเฉพาะตลาดตอนกลางวัน”

เหตุผลในการบริโภคร

ผลการวิจัยอธิบายเหตุผลในการบริโภครของคนภาคกลางในแง่การดำรงชีวิต การสร้างความสัมพันธ์ในสังคม และการสนับสนุนพระศาสนา

การบริโภครเพื่อดำรงชีวิต ผู้บริโภครเมื่อ 60 ปีที่แล้ว ใช้ชีวิตอย่างสมถะ ไม่ฟุ่มเฟือย ไม่วุ่นวายเกี่ยวกับการกินเหมือนในปัจจุบัน แต่อย่างไรก็ตาม ถ้าชีวิตไม่ต้องทำงานหนักมากหรือลำบากยากจนมาก ทั่วครอบครัวเลือกสรรสิ่งที่ชอบมาบริโภคร พ่อแม่พยายามหาอาหารและขนมแปลกใหม่มาให้เด็ก ๆ และคนในบ้านรับประทาน ปกติเด็ก ๆ ไม่สามารถเลือกกิน กินเท่าที่แม่หรือคนที่บ้านทำให้กิน ไม่ค่อยรับประทานอาหารระหว่างมื้อ ครอบครัวส่วนใหญ่มีการทำขนมนาน ๆ ครั้ง พวกขนมง่าย ๆ เช่น ถั่วเขียวต้มน้ำตาล กล้วยบัวชี่ หรือกินผลไม้แทนขนม เมื่อผู้ใหญ่สัมภาษณ์ยังเป็นเด็ก ส่วนใหญ่ไม่ค่อยนึกถึงการกินขนมจุบจิบ ไปโรงเรียน ไปเล่นแล้ว กลับมากินข้าวที่บ้าน บางครั้งเด็ก ๆ ของกินเล่นเองตามข้างทางหรือในป่า พวกผลไม้ที่ไม่มีเจ้าของ แม่ให้เงินซื้อขนมบ้าง

การสร้างความสัมพันธ์ในสังคม อาหารเป็นเครื่องมือเชื่อมความสัมพันธ์ของคนในสังคมที่ดี บางครั้งครัวเรือนแจกและแลกเปลี่ยนผลผลิตหรืออาหารกับเพื่อนบ้านหรือญาติมิตร เนื่องจากมีอาหารปริมาณมาก มีอาหารพิเศษที่อยากให้ผู้อื่นได้ร่วมรับประทาน หรือนำอาหารไปทำบุญทำทานที่วัด เป็นการ

แสดงน้ำใจต่อกันหรือตอบแทนสิ่งที่ผู้อื่นเคยให้ บางครั้งครัวเรือนอาจมีการขอแรงจากผู้อื่น ทำให้ต้องมีการเลี้ยงอาหารตอบแทน และในวโรกาสสำคัญ จะมีการถวายอาหารพระสงฆ์และเลี้ยงแขกที่มาในงาน ทำให้ต้องมีอาหารและขนมปริมาณมากและหลากหลายกว่าปกติ อาหารและขนมหลายอย่างทำยาก ใช้เวลานาน เช่น ทองหยิบ ทองหยอด และหาซื้อได้ยากกว่าขนมชั้น เปียกปูก ข้าวต้มมัด ข้าวเหนียวสังขยา แกงบวด ข้าวเหนียวถั่วดำ หรือข้าวเหนียวดำเปียก เช่นเดียวกับแกงมัสมั่น ปกติไม่ทำในบ้าน เพราะต้องใช้เครื่องปรุงหลายอย่าง ทำให้มีโอกาสรับประทานเฉพาะในช่วงวันงานสำคัญ ญาติพี่น้อง คนบ้านใกล้เคียง คนในชุมชนเดียวกันจะช่วยเหลือกันทำอาหารและขนม เพื่อแสดงความมีน้ำใจ แสดงฝีมือ และในโอกาสต่อไปสามารถขอแรงไปช่วยในงานของตน นอกจากนี้ ผู้มีฝีมือในการทำอาหารของครอบครัวจะได้รับการยอมรับนับถือจากคนในสังคม การแสดงฝีมือการทำอาหารในงานทำให้มีการสร้างสรรค์พัฒนาอาหารและมีการถ่ายทอดความรู้ในการทำอาหารแก่คนในสังคมและคนรุ่นหลังที่เริ่มต้นจากการเป็นลูกมือในงาน นำเสียดายที่กิจกรรมทางสังคมนี้หายไปเกือบหมดแล้ว เพราะในปัจจุบันส่วนใหญ่สั่งหรือซื้ออาหารและขนมสำเร็จรูปมาเลี้ยงในงาน

การสนับสนุนพระศาสนา คนไทยพุทธในยุคนี้ยึดมั่นต่อพระพุทธศาสนามาก ถ้ามีพระสงฆ์ผ่านหน้าบ้านต้องตักบาตร ลักษณะและปริมาณอาหารถวายพระขึ้นอยู่กับฐานะทางการเงินและเวลา ปกติอาหารที่ตักบาตรไม่ใช่อาหารที่ทำขึ้นเป็นพิเศษ แต่เป็นอาหารที่เตรียมไว้สำหรับบริโภคในตอนเช้า ตักเตรียมไว้ให้พระสงฆ์ ที่เหลือเป็นอาหารเช้าและมื้อต่อไป สมัยก่อนไม่มีถุงพลาสติกหรืออาหารกล่อง ถ้ากับข้าวหรือขนมเป็นน้ำ จะตักบาตรเพียงข้าว แล้วถือปิ่นโตตามไปถวายที่วัด ถ้าบ้านไหนมีฐานะยากจนเฉพาะในช่วงที่ไม่ค่อยมีอาหาร จะตักบาตรเพียงข้าว ในวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา ชาวบ้านทั้งที่อยู่ใกล้และห่างไกล ไม่ว่าฐานะใด จะนำอาหารไปถวายที่วัด การถวายอาหารให้พระถือเป็นเรื่องที่ต้องทำ และวันพระมีความสำคัญมาก ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน กล่าวว่า แม่ถือศีลในวันนั้น ลูกต้องนำอาหารมื่อเที่ยงไปให้แม่ที่วัด ชาวมุสลิมมีการนำอาหารไปในวันสำคัญเช่นกัน คนจีนบางคนจะไหว้เจ้าไม่ตักบาตร

ลักษณะอาหารที่คนไทยภาคกลางบริโภค

ลักษณะอาหารภาคกลางเป็นไปตามความอุดมสมบูรณ์ทางธรรมชาติ มีผลผลิตใดก็ได้บริโภคสิ่งนั้น บางแห่งสินค้ามีขายไม่มาก การเดินทางยังไม่สะดวก ดังนั้น โอกาสบริโภคอาหารเพิ่มเติมจากต่างถิ่นขึ้นอยู่กับระบบตลาดและการเดินทางของผู้บริโภค

ลุนนอกอยู่หมู่บ้านชาวประมงที่บางตะบูน เพชรบุรี “กินแต่อาหารทะเล ต้ม ต้มยำ แกง สะแกนี้ น้ำเค็มขึ้นถึง เมื่อก่อนปลูกอะไรไม่ค่อยขึ้น ข้าว ผัก เครื่องปรุงมีเรือพายมาขาย มาไกลจากเพชรบุรี คนไม่ค่อยได้ไปซื้อในเมือง ซื้อจากเรือ บางทีก็ไปนัดที่วัด”

อาหารภาคกลางประกอบด้วยอาหารโบราณ อิทธิพลของบ้านวัดวัง การกินข้าวกินปลา ข้าว ปลา น้ำพริก กล้วย ขนม ภูมิปัญญา อาหารเด็ก อาหารนอกบ้าน และการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ

อาหารโบราณ ผู้ให้สัมภาษณ์ยืนยันว่า อาหารในสมัยเด็ก ๆ และปัจจุบันไม่แตกต่างกัน เป็นอาหารอย่าง ต้ม ผัด แกง ทอด ยำ หลน หรือหนึ่ง ใช้เครื่องปรุงในท้องถิ่นเป็นหลัก รสชาติไม่แตกต่างกับที่พอ

แม่ป๋าย่าตายทำให้รับประทาน นอกเหนือจากเครื่องปรุงตามธรรมชาติลดน้อยลง บางอย่างมีราคาแพงขึ้น อาหารจากต่างถิ่นและเครื่องปรุงรสมากขึ้น ความแตกต่างของอาหารไทยมีทั้งเรื่องสำคัญและรายละเอียดเล็ก ๆ น้อย ๆ ดังนี้

อาหารที่ต้องทำเองทุกขั้นตอน อาหารหลายต้องเตรียมส่วนผสม เครื่องปรุง และเครื่องเคียงเองทุกอย่าง เช่น ขนมจีนเป็นอาหารที่ได้รับความนิยมมาก ทั้งในบ้านและเมื่อมีงานมงคล บางบ้านทำเส้นขนมจีนเอง เริ่มตั้งแต่ปลูกข้าว ไม้แป้ง หมักแป้ง ทำเส้น หรือการทำขนม เริ่มตั้งแต่ปลูกข้าว ไม้แป้ง ปลูกอ้อย เคี้ยวน้ำตาลทำเป็นน้ำตาล ปลูกมะพร้าว ชูดมะพร้าว คั้นกะทิ ป่าจิ้งที่ตาลีเป็นลูกคนจีน เล่าว่า “น้ำปลา เต้าเจี้ยวก็ต้องทำเอง”

อาหารที่ขาดหายไปหรือได้รับความนิยมน้อยลง อาหารที่ขาดหายไปบางรายการไม่ทราบต้นเหตุที่ชัดเจน เช่น

- ข้าวไม่หอมอร่อยเหมือนในอดีต กินแล้วรู้สึกแหย่มาก แต่ไม่รู้ว่าเป็นเพราะอะไร
- ต้มเค็ม ทำจากปลา หมู หรือเนื้อ ต้มใส่หัวหอม พริกไทย น้ำปลา อาจมีพริกชี้ฟ้าชนิดหน้อย ถ้าเป็นปลาจะต้มพอสุก ปลาหมอต้มเค็มได้อร่อยมาก แต่ตอนนี้ปลาหมอยากขึ้น ถ้าหมูและเนื้อเคี้ยวให้นุ่ม ปรุงรสกลมกล่อม ไม่หวานนำ เคยเป็นอาหารยอดนิยมอย่างหนึ่ง
- วุ้นเส้นแกงร้อน เครื่องปรุงเหมือนแกงจืดวุ้นเส้น ใส่เห็ดหูหนู ดอกไม้จีน ฟองเต้าหู้ เนื้อสัตว์ และกะทิ
- แกง ผัด หรือดอกโคกจิ้ม น้ำพริก ตันดอกโคกเคยปลูกเป็นแนวริมถนนในเขตพระนคร ภายหลังถูกโค่นเพื่อขยายถนน ป้าตุ้ “เมื่อก่อนมีดอกโคกที่ริมถนนวิสุทธิกษัตริย์ เย็น ๆ หอมมาก เก็บมาทำกับข้าว ตอนหลังเขาตัดออก ทำถนน”
- ต้มส้มต้มกะปิ มีลักษณะคล้าย ๆ แกงเลียงแต่ใส้แดงกว่าและน้ำมะขามเปียก ในหนังสือสำหรับกับข้าวไทย (วันดี ณ สงขลา, 2539) เรียกว่า แกงต้มส้มกะปิ มีดอกโคกเป็นหนึ่งในส่วนผสม
- ข้าวผัดหมี่ ป้าตุ้ เล่าว่า เป็นตำรับจากในวัง เป็นข้าวผัดที่ใช้เครื่องผัดเหมือนหมี่กรอบ ในตำหรับกับข้าวเสวยฯ ของจอมสุกรี ศรีมขวาท (2482) มีวิธีการปรุงข้าวผัดหมี่
- ข้าวต้มปลาทุไล่กะทิ รับประทานเป็นอาหารเช้า อาหารกลางวัน
- แมงดา เล่นไฟที่เสาไฟฟ้า เมื่อตกลงมาจะถูกจับไปทำอาหารและเป็นของกินเล่น
- ต้มยำใส่มะดัน

อาหารที่ถูกปรับเปลี่ยนเครื่องปรุง อาหารไทยมีการปรุงแต่งมากขึ้น การปรุงแต่งทำให้อาหารสวยงาม เพิ่มคุณค่าทางอาหาร รสชาติดี หรือมีรสชาติที่แตกต่าง การเปลี่ยนแปลงอาจเป็นเรื่องดีหรือไม่ดีก็ได้ เช่น

- ชนิดของปลา อาจารย์เบญจา “ข้าวแช่ยายเลี่ยนแถวต้นโพธิ์อร่อยที่สุด สมัยก่อนล้างข้าวในแม่น้ำเพชร หุงเกือบสุกแล้วเอาไปขัดในแม่น้ำอีกที สมัยก่อนน้ำสะอาด คนขัดลงไปแช่ในน้ำด้วย เครื่องเคียงมีแค่ 3 อย่าง ไข่โป้วผัด ปลาหวาน และลูกกะปิ ไข่โป้วต้องมัน จะสวย อร่อย เคี้ยวดี กะปินุ่ม ไม่แข็งอย่างปัจจุบัน ปลาหวานต้องปลากะเบน ฉีกฝอยเป็น

เส้นสวย ไม่ใช่ปลายี่สกอย่างปัจจุบัน เวลากินต้องไม่เอากับใส่ลงไป เพราะจะทำให้หน้าชุ่ม กลบกลิ่นหอมของน้ำ”

- รสชาติน้ำปลา อาจารย์สมบัติ พลายน้อย “น้ำปลาเมื่อก่อนใช้ปลาสร้อยหอมอร่อยมาก”
- ข้าวและเห็ดในต้มยำ อาจารย์สมบัติ พลายน้อย “การใส่สมุนไพรมากมีผลเสียต่อรสชาติ และมีขยะเยอะ (สิ่งที่กินไม่ได้) สมัยก่อนต้มใส่ข้าวมีอยู่เพียงอย่างเดียว คือ ต้มข้าว”
- การใส่น้ำตาล อาจารย์สมบัติ พลายน้อย “ข้าวหลามจัดกินกับน้ำอ้อยบ”
- ซอสสีแดง ใส่ในหมี่กรอบ
- กระเทียมหรือหอมเจียว ในข้าวเม่าหมี ในหนังสือจานอร่อยจากปู่ย่า สูตรโบราณร้อยปี (สมุล ว่องวงศ์ศรี, 2557) ข้าวเม่าหมีใส่กระเทียมเจียว ข้าวเม่าหมีของร้านป่าจุกที่บางลำภูก็ใส่กระเทียมเจียว แต่อีกหลาย ๆ ร้านใส่หอมเจียว
- ผงชูรส ซอสปรุงรส ป้าเคยที่บางลำภู “คนสมัยนี้ไม่ตั้งใจทำเหมือนเมื่อก่อน ไม่อร่อย ใช้เครื่องปรุงรสเยอะ ไม่อร่อยด้วยฝีมือเหมือนเมื่อก่อน”

อาหารที่เพิ่มขึ้น

- ข้าวหอมมะลิ ข้าวเหนียว และข้าวกล้อง ภาคกลางไม่ปลูกข้าวหอมมะลิ ผู้ให้สัมภาษณ์ไม่เคยรับประทานข้าวหอมมะลิตอนเป็นเด็ก และไม่ใส่ใจเรื่องพันธุ์ข้าว เมื่อก่อนข้าวเหนียวสำหรับทำขนมเท่านั้น ไม่รับประทานแทนข้าวเจ้า พร้อมกับข้าว คนไทยภาคกลางกินข้าวเจ้าเป็นหลัก และเป็นข้าวเจ้าที่สีให้ขาวเท่านั้น เพราะโรงสีสามารถนำรำไปขายได้
- อาหารปรุงสำเร็จและร้านอาหาร อาหารที่พบเห็นได้ทั่วไปในปัจจุบัน เช่น ร้านข้าวแกง ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้น ข้าวมันไก่ ข้าวหมกไก่ ไม่มีหรือมีน้อยมาก ผู้ให้สัมภาษณ์ในช่วงอายุ 80 ปี พบเห็นการขายอาหารน้อยกว่าผู้ให้สัมภาษณ์ในช่วงอายุน้อยกว่า
- อาหารต่างชาติ อาหารตะวันตกที่คนไทยสมัยนั้นพบมากที่สุด คือ ขนมปังหัวกระโหลก มีพ่อค้าเร่ขายหรือใส่ตู้วางขายในตลาด ส่วนใหญ่รับประทานเปล่า ๆ หรือใส่น้ำแข็งใส ทาเนยโรยน้ำตาล และราดนมข้นหวาน ขนมปังเป็นขนม ไม่ใช่อาหารเหมือนชาวตะวันตก ผู้ให้สัมภาษณ์เกือบทุกคนไม่เคยรับประทานแซนวิชและขนมปังกับไส้กรอกหรือแฮมตอนเด็ก ป้าตุ้ เล่าว่า คุณตาได้รับแฮมมาเป็นของกำนัล ป้าตุ้ไม่กล้ากิน การดื่มนมมีน้อย คั้นเคยกกับนมข้นหวานมากกว่า อาจารย์ทิพวัลย์ เล่าว่า รัฐบาลอเมริกันเข้ามาส่งเสริมให้คนไทยดื่มนม

อาหารที่ทำเฉพาะบ้าน ป้าละเอียด “แม่ไม่ทำข้าวมันไก่แบบเดียวกับที่มีขายทั่วไปในปัจจุบัน ข้าวมันหุงด้วยกระทิมาตลอด ที่บ้านไม่ใช้มันไก่หุงข้าว”

พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป จอมพลป.สนับสนุนให้กินไข่ ทำสวนครัว โรงเรียนยังต้องปลูกสวนครัว

อาจารย์ทิพวัลย์ “ที่บ้านทำอาหารกินเอง ตอนเด็ก จอมพลป. สนับสนุนให้ทำสวนครัว ที่บ้านปลูกถั่วพู ชะอม กระถิน ตำลึง กล้วย อ้อย...”

อาหารชื่อเดียวกัน แต่ลักษณะแตกต่างกัน

- น้ำพริกเผา อาจเป็นน้ำพริกที่ใช้พริก หัวหอม กระเทียมเผาหรือเจียว ผัดน้ำมันใส่ขวด เก็บไว้รับประทานนาน ๆ สำหรับใส่ตั๋มยาหรือทาขนมปัง หรือน้ำพริกที่ใช้พริก หัวหอม กระเทียมเผา ตำใส่กะปิหรือเนื้อปลา ไม่ผัด กินกับปลาอย่าง ปลาทอด และผักจิ้ม
- ขนมหุข้าง อาจเป็นขนมกรอบ ๆ ขนาดเท่าฝ่ามือ สามารถซื้อได้จากร้านของชำของคนจีน หรือข้าวเกรียบว่าวที่เจาะรูร้อยเชือกเป็นพวงเมื่อนำมาขาย (สมัยนั้นยังไม่มีถุงพลาสติกใส่) หรือขนมนุ่ม ๆ ที่นำจากข้าวเหนียว ทำเฉพาะช่วงงานบุญเพื่อเป็นสิริมงคล ทำให้การเพาะปลูกได้ผลที่ดี
- ผัดไทยที่พิษณุโลก ใส่ซีอิ๊วดำ เช่น ร้านเก่าแก่ใกล้ตลาดใต้ หลายร้านโรยกากหมู

อาหารยอดนิยม

- ผัดไทย ผู้ให้สัมภาษณ์มากกว่าครึ่ง กล่าวว่า ผัดไทยไม่ใช่อาหารยอดนิยมในสมัยนั้น
- ก๋วยเตี๋ยวยอดนิยม คือ ก๋วยเตี๋ยวต้มจืด ตั๋มยา ใส่หมูสับ หมูหันเป็นชิ้น ๆ ผู้ให้สัมภาษณ์คิดว่าก๋วยเตี๋ยวแบบนี้เป็นอาหารไทย ตอนแรก ๆ ก๋วยเตี๋ยวไม่มีลูกชิ้น และไม่ค่อยได้รับประทานเส้นใหญ่ผัดซีอิ๊ว การกินก๋วยเตี๋ยวเหมือนได้กินของพิเศษ บางบ้านจนมาก กินก๋วยเตี๋ยวกับข้าว บางท่าน กล่าวว่า แม่ซื้อเส้นก๋วยเตี๋ยวมารำที่ร้าน เพราะต้องการประหยัด อาหารเส้นที่นิยมมาก คือ ขนมจีน หลายบ้านทำเส้นขนมจีนเอง

วิธีปรุงที่แตกต่างกัน แม่ป้าอุ๊ตเลียงชีพด้วยการขายข้าวเหนียวมะม่วง พอคั้นกะทิด้วยน้ำร้อนเสร็จแล้วใส่น้ำตาล เกลือ ลงไปผสม รวดไปบนข้าวเหนียวที่สุกใหม่ ๆ ปิดฝาไว้สักพัก เปิดมาข้าวเหนียวสวยเป็นมัน คนสมัยนี้อะกะทิไปเคี้ยวกับน้ำตาล จริง ๆ แล้วต้องเป็นของสดจึงจะอร่อย

วิธีรับประทานที่แตกต่างกัน

- ข้าวต้ม ป้าเล็ก เล่าว่า บางครั้งอาหารเที่ยงในวังจะเป็นข้าวต้ม อากงก็กินข้าวต้มเป็นอาหารเที่ยง ตอนเช้าต้องกินข้าวสวย ไม่งั้นไม่มีแรงทำงาน
- ส้มตำ ไม่นิยมเท่าในปัจจุบัน บ้านที่มีบริเวณนิยมปลูกมะละกอ มะละกอดิบปกติใช้ผัดหรือแกงส้ม ส้มตำภาคกลางหรือที่เรียกว่าส้มตำไทยทำกินในครัวเรือนเป็นอาหารว่าง ไม่กินกับข้าวเหนียวไถ่ย่าง กินเฉย ๆ หรือกินกับข้าวมัน ข้าวเจ้าหุงด้วยกะทิ แถวเขตพระนครในสมัยก่อนมีแม่หาบขาย ขายเพียงอย่างเดียว กินแกล้มกับใบชะพลู

คุณค่าที่แตกต่างเนื่องจากอาหารหายากหรือแพงขึ้น สมัยก่อนอุดมสมบูรณ์มาก ผู้ให้สัมภาษณ์ไม่ทราบ่ว่า ความอุดมสมบูรณ์ ความสะอาดของธรรมชาติหายไปตั้งแต่เมื่อใด

- พืชผักสวนครัว ไม่ต้องใส่ปุ๋ย เห็ด หัวมัน หรือหน่อไม้หาได้แถมบ้าน ใครหากได้ ไม่หวงขอกันกินก็ได้ไม่ว่ากัน เดียวนี้ต้องซื้อ
- สัตว์น้ำ ตั๋มยากุ้งสมัยก่อนใช้กุ้งแม่น้ำตัวใหญ่ กุ้งลอยอยู่เต็มแม่น้ำ สามารถกินได้บ่อย ๆ ปลามีมากมาย ใช้เวลาแป็บเดียวจับได้เยอะแยะ กุ้งเล็ก ๆ ลอยเป็นแพ ขอนขึ้นมากทำกะปิ เก็บไว้ใช้ได้ทั้งปี ป้าแจ้ว ป้าละเมียดที่พิษณุโลก เล่าว่า “พายเรือให้ตะแคง ยกไม้

พายขึ้นมา ปลาที่ว่ายตามน้ำกระโดดขึ้นมาชนไม้พายตกลงในเรือ ไม่นานปลาก็เต็มลำ
ไม่ต้องใช้แห สวิง หรือเบ็ด”

อาหารในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด อาหารที่ผู้ให้สัมภาษณ์บอกเล่าในทุกจังหวัดไม่แตกต่างกัน
เมนูยอดนิยม คือ ข้าว น้ำพริก ปลาอย่าง ปลาทอด ต้มจืด ต้มยำ แกง ผัดผัก และผัดเผ็ด กรุงเทพฯ
มีเครื่องปรุงให้ซื้อหาได้จากตลาดหลากหลายกว่าและสะดวกกว่า แต่มีพืชผักสวนครัวและตาม
ธรรมชาติน้อยกว่ายกเว้นคนกรุงเทพฯ และฝั่งธนบุรีที่อยู่อาศัยในพื้นที่การเกษตร ผู้บริโภคใน
กรุงเทพฯ สามารถเข้าถึงเครื่องปรุงต่างชาติได้ง่าย แต่ส่วนใหญ่เป็นเครื่องปรุงแบบจีน อาหาร
เครื่องปรุงตะวันตกยังมีน้อย ผู้บริโภคมีเงินก็ไม่ซื้อ อาหารเฉพาะถิ่นของกรุงเทพฯ และ
ต่างจังหวัดมีบ้าง อาหารโบราณบางอย่างยังสามารถซื้อได้ที่ต่างจังหวัด หรืออาหารประเภท
เดียวกันแต่มีเครื่องเคียงแตกต่างกันบ้าง



โตนดทอด ที่เพชรบุรี



ขนมวง ที่พิษณุโลก

อิทธิพลของบ้าน วัด วัง

ผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งหมดมีความสัมพันธ์กับวัดมากกว่าวัง

อาหารในบ้าน อาหารในบ้านสืบทอดกันมาจากบรรพบุรุษผ่านแม่หรือญาติผ่านหญิงเป็นส่วนใหญ่ อาหารบางส่วนเป็นอาหารทั่วไปของคนภาคกลาง บางส่วนเป็นอาหารขึ้นชอบประจำบ้าน ส่วนหนึ่งเนื่องมาจากพื้นเพที่แตกต่างกันของคนในครอบครัว ผู้ให้สัมภาษณ์บางส่วนเรียนรู้เพิ่มเติมหรือบริโภคอาหารอื่นเมื่อเป็นผู้ใหญ่ แต่ส่วนใหญ่ยังนิยมอาหารแบบภาคกลาง ครอบครัวส่วนใหญ่มีอาหารในครัวตลอดเวลา สามารถรับประทานได้เมื่อหิว ไม่จำเป็นต้องรับประทานพร้อมหน้ากัน เมื่อลูกโตขึ้นมาพอทำอาหารได้ พ่อแม่อาจมอบหมายหน้าที่ทำอาหารให้ลูก ลูกอาจมีหน้าที่นำอาหารไปส่งให้พ่อแม่ที่กำลังทำนาทำสวน เมื่อไปตลาด ถ้าพอมีเงินบ้าง พ่อแม่จะซื้ออาหาร ขนม หรือผลไม้แปลก ๆ มาให้ลูกรับประทาน เช่น เงาะ มังคุด ขนมหั้วหวาน ขนมหั้วกรอบร้อยเป็นวง นำมาแบ่งกันคนละนิดหน่อย บางครั้งเมื่อพาไปเที่ยวในเมืองด้วยลูกจะมีโอกาสลองของใหม่ ๆ ครอบครัวชนบทที่มีฐานะดี มีญาติอยู่ในเมืองอาจส่งลูกเข้ามาเรียนต่อ ผู้ให้สัมภาษณ์ในต่างจังหวัดที่อายุแปดสิบปีส่วนใหญ่จะจบไม่เกินประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาและพ่อแม่มีฐานะดี ส่วนใหญ่ไม่อนุญาตให้ลูกสาวเรียนต่อ ผู้ให้สัมภาษณ์ที่อายุเจ็ดสิบปีมีโอกาสดูเรียนสูงขึ้น ทำให้มีโอกาสรับประทานอาหารที่แตกต่างเมื่อเข้ามาเรียนที่ชุมชนใหญ่ ผู้ให้สัมภาษณ์ในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่มีการศึกษาสูงกว่าประถมศึกษา เพราะมีโรงเรียนและมหาวิทยาลัยที่อยู่ใกล้บ้านมากนัก เมื่อมีการศึกษาสูง มีโอกาสรับประทานอาหารที่แตกต่างหรืออาหารต่างชาติมีมากขึ้น

อาหารสำหรับพระสงฆ์ อาหารสำหรับตักบาตรหรือถวายในวันพระไม่แตกต่างจากอาหารที่ทำรับประทานในบ้าน ไม่ใช่อาหารที่ทำพิเศษเฉพาะพระสงฆ์ และไม่มีการซื้ออาหารสำเร็จรูปถวายพระอาหารที่มีน้ำจะใส่ปั่นโตน้าไปถวายถึงวัด ปริมาณอาหารที่นำไปถวายที่วัดอาจมีปริมาณมากกว่าการตักบาตรเพื่อแบ่งปันเพื่อนบ้านรับประทาน พ่อแม่ปู่ย่าตายายของผู้ให้สัมภาษณ์ในต่างจังหวัดยึดมั่นในการดูแลพระพุทธศาสนา หากพระผ่านหน้าบ้านต้องตักบาตรทุกวัน ถ้าไม่ผ่าน อาจนำไปถวายที่วัดหรือไปเฉพาะวันพระ การไปวัดในวันพระถือเป็นกิจกรรมปกติ หลายท่านถือศีลและค้างคืนที่วัด ลูกหลานจะนำอาหารมื่อต่อไปส่งให้ที่วัด คนกรุงเทพฯ ก็ตักบาตรเป็นประจำ แต่ผู้ให้สัมภาษณ์ทั้งกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดหลายท่านกล่าวว่าไม่เคร่งครัดเหมือนพ่อแม่

อาหารชาววัง ผู้ให้สัมภาษณ์น้อยรายมีความสัมพันธ์กับอาหารในวัง เนื่องจากยังเด็กมาก ทำให้จดจำเกี่ยวกับเรื่องในวังไม่ค่อยได้ และเด็กจะถูกแยกไม่ให้เข้าไปยุ่งกับผู้ใหญ่ ผู้ให้สัมภาษณ์บางท่านได้รับการสอนจากแม่หรือญาติผู้ใหญ่ที่เคยอยู่ในวัง ทุกคนประทับใจในอาหารชาววัง ถึงแม้ไม่แตกต่างจากอาหารธรรมดา แต่เป็นอาหารที่อร่อย ผู้ที่เรียนรู้จากในวังถือว่าเป็นแม่ครัวชั้นดี

ป้าเล็ก เคยอยู่ในวังสระปทุมตอนเล็ก ๆ กล่าวว่า “เจ้านายท่านเสวยอาหารไทยเป็นหลัก บางครั้งมีการสั่งซื้ออาหารจากภายนอกมาเลี้ยงแขก ท่านเสวยไม่มาก เสวยอาหารไทยเสวยข้าวต้มตอนกลางวัน ข้าวต้มปลาทุไล่กะทิ อร่อยมาก ป้าถูกสอนให้รับประทานเท่าที่ถูกต้องให้ ตักข้าวทัพพีเล็ก ๆ ต้องอ้อมทันทีที่เจ้านายหรือผู้ใหญ่เลิกรับประทาน แม้ยังไม่อิ่ม ก็ต้องเลิก ไม่มีสิทธิเลือกรับประทาน การทำของเสวยจะเป็นไปตามคำสั่ง ป้าได้เรียนรู้อาหารหลายอย่าง ทั้งคาวและหวาน ดูจากคุณป้า ตอนนั้นป้าไม่ได้ทำ ดูผู้ใหญ่” ป้าเล็กใช้ความรู้ที่เรียนจากคุณป้าที่อยู่ในวังทำอาหารขาย

ป้าอู๊ดและป้าตุ้ แม่ป้าอู๊ดเรียนรู้การทำอาหารจากในวังของราชสกุลยุคล แม่ทำอาหารอร่อยมาก สามารถนำความรู้มาประกอบอาชีพ ป้ามีพี่ของคุณยายอยู่ในวัง ทำให้มีโอกาสเข้าไปเยี่ยมเยียนข้างในวังหลวง ในวังมีระบบการดูแลข้าราชการที่ชัดเจน คุณยายได้รับอาหารจากโรงครัวส่วนกลางวันละสองครั้ง อาหารถูกทำให้เหมาะกับผู้สูงอายุ เช่น หั่นผักเป็นชิ้นเล็ก ถ้าคุณน้าซึ่งเป็นคนพาป้าอู๊ดและป้าตุ้ไปด้วย น้าจะซื้ออาหารเพิ่มเติมจากตลาดแถวนั้นเข้าไปทำ ป้าอู๊ดและป้าตุ้ชอบยายก็ (ไม่แน่ใจว่าซื้อนี้หรือไม่) มาก ยายก็หาอาหารเข้าไปขายในวัง อาหารรสชาติอร่อยมาก

ป้าตุ้ “ป้าก็ ตัวอ้วน หาบขาย ทำแกงเขียวหวานอร่อยมาก เข้มข้น ไม้ใส ทอดมัน เต้าหู้ทอด แกงเดียวนี่หวานอย่างเดียว คนที่บ้านไม่ยอมซื้อกิน ซื้อน้อยอย่างมาก ไม่คุ้ม ซื้อมาแล้วไม่กิน”

ป้าจุก ครอบครัวเป็นชาวมุสลิมชายชนมไทย ๆ ที่หน้าตลาดยอด บางลำพู มาตั้งแต่สมัยคุณตาคุณยาย หลังไฟไหม้ตลาดยอด ป้าย้ายแผงห่างจากท่าเลเดิมเล็กน้อย มาตั้งหน้าตรอกที่เป็นที่อยู่อาศัย ตอนนั้นหลานสาวเป็นคนขายแทน ป้าจุกเล่าว่า ข้าราชการบริวารจากในวังมาสั่งทำขนมเรื่อย ๆ ระยะเวลาไม่รับสั่งทำ เพราะป้าทำไม่ไหว

การกินข้าวกินปลา และกินหมู ไม่ค่อยกินไก่

เมื่อผู้ให้สัมภาษณ์ยังเด็ก ข้าว น้ำพริก ผัดผัก แกงส้ม เป็นอาหารมื้อง่าย ๆ ที่รับประทานเป็นปกติ ปลาน้ำจืด ปลาหูซื้อหาได้ง่าย ถึงแม้บ้านไม่อยู่ริมน้ำหรือห่างไกลทะเล ซื้อได้ที่ตลาดหรือเรือขายกับข้าว ผู้ที่อาศัยในชนบทสามารถจับปลาได้มากในช่วงหน้าน้ำ ปลาที่จับได้บางส่วนซึ่งไว้ในบ่อ เพื่อเก็บไว้ปรุงอาหารในวันหลัง บางส่วนแปรรูปเป็นปลาตากแห้ง ปลาเค็ม การทำน้ำปลาและปลาร้ามีแค่เพียงบางบ้าน เพราะถือว่าเป็นของหายาก คนไทยพุทธเมื่อไปตลาดอาจซื้อหมูและมันหมูมาเจียว หมูเป็นเนื้อสัตว์พิเศษที่เพิ่มขึ้นมาจากกับข้าวปกติ การซื้อไก่มาบริโภคค่อนข้างน้อย เพราะสมัยก่อนเนื้อไก่ขายเป็นตัวหรือครึ่งตัว ไม่แบ่งขายชิ้นเล็ก ๆ เหมือนหมู ทำให้มีราคาแพง บางบ้านเลี้ยงเป็ดเลี้ยงไก่สำหรับการบริโภคและขาย ไม่นิยมฆ่าเป็ดไก่ที่เลี้ยงไว้เพื่อนำมาทำเป็นอาหาร เด็กในอดีตนิยมอาหารจากไข่เหมือนเช่นเด็กในปัจจุบัน ไข่หนึ่ง ไข่ต้ม ไข่ทอด ไข่เจียวเป็นอาหารที่รับประทานตอนเช้านก่อนไปโรงเรียนหรือนำไปเป็นอาหารเที่ยงที่โรงเรียน ในชุมชนคนมุสลิมจะมีการแลเนื้อวัวขาย เครื่องในสัตว์มีราคาถูกมาก การหาของป่าส่วนใหญ่เป็นการหาพืชผักมากกว่าการล่าสัตว์มาเป็นอาหาร โดยสรุป ปลาเป็นโปรตีนที่นิยมรับประทานมากที่สุด

ป้าบุญช่วยที่พระนครศรีอยุธยา “ที่บ้านจน เลี้ยงไก่เอาไข่ไว้ขาย ถ้าได้กิน ไข่ต้มฟองเดียวก็ต้องแบ่งกับน้อง แม่ซื้อหมูจากตลาดหรือแม่ค้าเร่เป็นครั้งคราว อย่างประหยัดที่สุด ซื้อมันหมูมาเจียว เอาน้ำมันทำอาหารและทำขนม กากหมูกินกับข้าว”

ข้าว คนไทยภาคกลางรับประทานข้าวเจ้าที่สีจนขาวแล้ว ไม่บริโภคข้าวกล้อง ชาวบางบ้านไม่ปลูกข้าวเหนียว ปกติจะซื้อข้าวเหนียวมาลหรือไม่ทำขนม ไม่นิยมรับประทานข้าวเหนียวพร้อมกับข้าว ป้าทองคำ ชาวนาที่พระนครศรีอยุธยา เล่าว่า “ข้าวเปลือกถูกนำไปที่โรงสี โดยมิตกลงกันว่า ข้าวหนึ่งเกวียนจะได้ข้าวสารคืนมากถึงถึง ไม่ต้องจ่ายเงินให้โรงสี ข้าวถูกขัดจนขาว เพราะรำเป็นส่วนหนึ่งของผลประโยชน์ที่โรงสีได้รับ”

ข้าวมีความสำคัญมาก เพราะข้าวเป็นสิ่งที่แสดงถึงคุณภาพชีวิตและฐานะของผู้บริโภค สมัยก่อนผู้บริโภคไม่ใส่ใจกับพันธุ์ข้าวเท่ากับคนในปัจจุบัน ภาคกลางมีพันธุ์ข้าวที่นิยมปลูก เช่น ข้าวตาแห้ง ข้าวเหลืองอ่อน ไม่คุ้นเคยกับข้าวหอมมะลิเพราะไม่ปลูก แต่ให้ความสำคัญกับลักษณะเมล็ดข้าวมาก ข้าวเมล็ดยาวถือว่ามีรสชาติอร่อยกว่า ผู้ที่มีฐานะยากจนรับประทานข้าวหักสองท่อนสามท่อน (ปลายข้าว) ไม่สามารถซื้อข้าวดี ๆ รับประทาน ชาวนาบางบ้านให้ความสำคัญกับการบริโภคข้าวมาก ป้ารัชนี้ เล่าว่า “ที่บ้านยากจน ทำนาเช่า แต่พ่อแม่จะเก็บข้าวดี ๆ ข้าวเมล็ดยาวไว้รับประทาน ข้าวเมล็ดกลวงน้ำหนักดีจะขาย” แต่หลายบ้านเก็บข้าวดี ๆ ไว้ขาย นอกจากนี้ หลายท่านอธิบายว่า ข้าวสมัยก่อนอร่อย เพราะสมัยก่อนปลูกแต่ข้าวนาปี แต่ละปีจะมีปัญตามธรรมชาติที่มากับน้ำ ดินอุดมสมบูรณ์

ป้าสุวนีย์ “สมัยเด็ก ๆ จนมาก ไม่ได้กินข้าวหอมมะลินะ ข้าวพันธุ์อะไรก็ไม่รู้ ไม่ได้ดูว่าพันธุ์อะไร รู้แต่กินข้าวสองท่อนสามท่อน ข้าวหักเหมือนปลายข้าว ข้าวดี ๆ ไม่ได้กิน”

ปลา คำว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว” และ “กินข้าวกินปลา” เป็นความจริงของคนไทยรุ่นนี้ ปลาสัตว์น้ำจัดอุดมสมบูรณ์มาก คนภาคกลางบริโภคปลาน้ำจืดมากกว่าปลาทะเล ปลาทะเลที่บริโภคบ่อยที่สุด คือ ปลาทุ อจารยสมบัติ พลายน้อย เล่าว่า “กินน้ำพริกปลาทุ ปลาทุมาอยู่อยุธยาทางรถไฟ นำกินกว่าตอนนี้ ที่บ้านซื้อทีละหลาย ๆ เซ่ง” ผู้ที่มีบ้านอยู่ริมน้ำหรือมีที่นา ในช่วงหน้าน้ำ น้ำหลาก มีปลา กุ้งให้จับมากมาย สามารถแปรรูปเก็บเอาไว้กินนาน ๆ ในนามีปูเอามาทำหลน มีเพียงบางบ้านเท่านั้นที่ทำปลาร้า น้ำปลา และกะปิไว้กินเอง เพราะทำยาก ถ้าไม่ตั้งใจทำ จะเน่าเสียได้ง่าย ผู้สัมภาษณ์บางท่าน เล่าว่า ไม่กล้าจับปลาเอง ซื้อที่ทำแล้วจากตลาด

ปากลองที่พิษณุโลกช่วยบรรยายวิธีทำปลาร้าอย่างละเอียดทุกขั้นตอน บ้านป้ายังมีไหปลาร้าโบราณวางอยู่เต็ม เดี่ยวนี้ไม่ทำแล้ว “คนแถวนี้กินปลาร้า ปลาเยอะก็ทำ ปลาแห้ง ปลาร้า ปลาทอดไม่ค่อยได้กิน กินปลาอย่าง ปลาร้าภาคกลางไม่เหมือนของภาคอีสาน ใส ข้าวคั่ว หอมมาก ทำปลาร้า ต้องทำให้สะอาด ล้างน้ำหลายครั้ง หมัก ตากแดด น้ำปลาลอยอยู่ปากไหอร่อยที่สุด”

ปลาเป็นแหล่งโปรตีนหลักของคนไทย รับประทานมากกว่าหมู ไก่ เนื้อ ผู้ให้สัมภาษณ์ในชนบทจับปลาได้มากในหน้าน้ำช่วงปลายปี ผู้ที่ไม่อยู่ติดลำนํ้าจะจับปลาในนา ปลาซึ่งจับได้จำนวนมาก ถูกนำมาแยกประเภท ปลาสำหรับทำแกง น้ำยาขนมจีน ต้มยำ ผัดเผ็ด ห่อหมก ทอดมัน ปลาแห้ง ปลาเค็ม น้ำปลา ปลาร้า ทำน้ำมันทำอาหารและจุดตะเกียง และซังไว้ในบ่อสำหรับทำอาหารมื่อต่อ ๆ ไป คนในเมืองชอบปลาเช่นกัน ซื้อปลาสดจากตลาดมาปรุงที่บ้าน ปัจจุบันปลาในลำนํ้าหายากขึ้น ปลาบางพันธุ์หายไป

ป้าบุญช่วย ซึ่งทำปลาร้าขายในตลาดหัวรอ พระนครศรีอยุธยาหลายสิบปี “อาจต้องเลิกทำปลาร้าเอง เพราะหาปลาไม่ได้ โดยเฉพาะปลากระดี่ คนนิยมบริโภคมาก”

ป้าละออขายปลาแห้ง ปลาเค็ม อาหารทะเลแห้ง “ป้าขายมาหลายสิบปี ปลาที่เห็นไม่เหมือนกับที่ขายเมื่อก่อน ของอร่อยบางอย่าง เดี่ยวนี้ไม่มีแล้ว ไม่รู้เหมือนกันว่า หายไปไหน ขายค่อย ๆ เปลี่ยนมาเรื่อย ๆ”



ไหปลาร้า พบในหลายบ้านในต่างจังหวัด ปัจจุบันส่วนใหญ่ไม่ได้ทำปลาร้าเองแล้ว

น้ำพริก ข้าว น้ำพริก และผักเป็นอาหารพื้นบ้านของไทย อาจมีปลาเป็นเครื่องเคียง น้ำพริกที่บริโภคมากที่สุด คือ น้ำพริกกะปิ ในต่างจังหวัดบางบ้านชอบกึ่งทำกะปิเอง สำหรับบ้านที่ไม่ติดลำนํ้าหรือทำไม่เป็นจะซื้อจากตลาด ผู้ให้สัมภาษณ์คิดว่ากะปิสมัยก่อนคุณภาพดีกว่า กุ้งล่วน ๆ ไม่ปนอย่างอื่น ปลาร้านิยมใช้ทำน้ำพริกและหลน น้ำพริกนิยมรับประทานกับปลาย่างหรือปลาทอดและผัก ปลาทุสามารถซื้อหาได้ในราคาถูก แม้กระทั่งพิษณุโลกซึ่งอยู่ไกลทะเล น้ำพริกอีกอย่างที่นิยม คือ น้ำพริกเผา ทำจากพริกหอม กระเทียมเผา ตำใส่กะปิ อาจเติมปลาหรือกุ้ง ความเปรี้ยวในน้ำพริกอาจเกิดจากมะนาว มะขามสด มะขามเปียก ระวัง มะกรูด มะดัน มะอึก หรือส้มอื่น ๆ ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน กล่าวว่า ตอนเด็กไม่ชอบอาหารเผ็ด ตอนโตรับประทานเผ็ดมากขึ้น เมื่อสูงอายุรับประทานเผ็ดน้อยลง



น้ำพริกน้ำปลา น้ำพริกทำง่าย ๆ ที่พิษณุโลก

กล้วย ผลไม้พื้นบ้านที่มีประโยชน์ต่อชีวิตคนไทยอย่างแท้จริง บ้านที่มีบริเวณจะปลูกกล้วยไว้กิน ผล ใช้หยวกและใบ กล้วยหาซื้อได้ง่าย มีราคาถูก เด็ก ๆ กินเป็นขนมหรืออาหารว่าง กล้วยสุก ปิ้ง ทอด นึ่ง หรือบวช

ขนม ขนมไม่แตกต่างจากปัจจุบัน ขนมที่ทำยากสามารถหาซื้อได้ที่ตลาดหรือแม่ค้าเร่ ขนมมีเวลาประจำในการขาย ขนมบางประเภทขายตอนกลางวัน บางประเภทขายตอนค่ำ พ่อค้าแม่ค้ามีวิธีในการเรียกร้องความสนใจ

ป้าอุ๊ดบ้านอยู่แถววิสุทธิกษัตริย์ “มีของหาบขายหน้าบ้าน ตอนเย็นมีขนมหวาน เขาร้องไปด้วย “จรรกาเขามาแล้ว บุชบาน้องแก้วอยู่ที่ไหน (ถั่วคำสาคุเปียก)””

ร้านขนมหลายร้านมีการขายสืบทอดจนถึงทุกวันนี้ เช่น ร้านป้าจุก ร้านขนมไทยหน้าธนาคารไทยพาณิชย์สาขางลำพู ขนมบางประเภทคนทั่วไปอาจมองว่า ซับซ้อน ทำยาก แต่กลับเป็นขนมที่คนสมัยก่อนทำเป็นประจำ ผู้ทำไม่รู้สึกรว่าเป็นสิ่งยุ่งยากอะไร ป้าถนอมและลุงประยงค์ที่พระนครศรีอยุธยา เล่าว่า ขนมที่แม่ทำให้กินเป็นประจำ คือ ปลากริมไข่เต่า ป้าและลุงช่วยทำได้

ส่วนใหญ่การทำขนมเป็นเรื่องนาน ๆ ครั้ง ชาวไร่ชาวนาไม่ค่อยมีเวลา ต้องทำงานตั้งแต่เช้ามืด ก่อนแดดร้อน และแม่บ้านมีงานต่อเนื่องเกือบทั้งวัน แม่บ้านชาวเมืองอาจมีเวลามาก แต่ไม่ทำขนมบ่อย อาจรับประทานผลไม้หรือซื้อจากร้านค้าแทน ถ้าทำจะเป็นขนมพื้น ๆ เช่น กล้วยบวชชี แกงบวชมันเทศ ถั่วเขียวต้มน้ำตาล ขนมที่ยากขึ้นมาหน่อย เช่น ข้าวเหนียวมูลสังขยา ขนมชั้น หม้อแกง บำปิ่น ลอดช่อง ขึ้นอยู่กับความสามารถของคนในครอบครัว ครอบครัวส่วนใหญ่ซื้อขนมที่ทำยาก ขนมตามเทศกาลทำเป็นประจำในต่างจังหวัด เช่น กระจยาสารท จะมีการทำแลกเปลี่ยนกันเพื่อโชติฝีมือ ขนมบางประเภทมีเฉพาะในงานบุญ เช่น ทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง ผู้ที่มีความเชี่ยวชาญจะมาช่วยกันทำในงาน ขนมบางประเภทคนส่วนใหญ่ไม่ทำ คือ ขนมที่ต้องใช้อุปกรณ์เฉพาะ เช่น ขนมไข่ หลายบ้านไม่ทำขนม เพราะต้องยุ่งยากหาเครื่องปรุงเพิ่มเติม พวกน้ำตาลและมะพร้าว ผู้ให้สัมภาษณ์ในกรุงเทพฯ เท่านั้นที่ทำเบเกอรี่

ป้าละเอียด “พ่อแม่เป็นชาวนาที่ขยันขันแข็ง เห็นพ่อแม่มีงานทำตลอดเวลา แม่ทำขนมบ่อยมาก อยากกินอะไรก็ทำ มีการทำขนมเก็บไว้รับประทาน รับแขก และแบ่งปันเพื่อนบ้าน พ่อแม่แบ่งพื้นที่ไว้ปลูกอ้อยทำน้ำตาล ปลูกมะพร้าว เพาะปลูกพืชที่มาเป็นเครื่องปรุง เช่น ถั่ว กล้วยบ้านมีป่าสามารถหาของป่าได้ เช่น ห้วมัน มีเครื่องไม้แปรงและอุปกรณ์ทำขนมหลายอย่าง”

การทำขนมขายมีมานานแล้ว เพชรบุรีมีชื่อเสียงก่อนที่อื่นเรื่องขนมไทยที่ทำเป็นอุตสาหกรรม ลุงถนอมและภรรยาที่บ้านลาด เพชรบุรี “เพชรบุรีอุดมสมบูรณ์ ทำอะไรก็เข้มข้น ตาลมีปลูกตาล ไม่เคยต้องใส่ปุ๋ย ไม่เคยต้องรดน้ำ ใช้ประโยชน์ได้สารพัด อาหารเด่นที่นี่ เช่น แกงบัวตาล แกงบูกตาลอ่อน ... ขนมอร่อย ๆ ของเมืองเพชร สมัยก่อนต้องตามงานบุญ ชาวบ้านจะช่วยกันเอาส่วนผสมมาช่วยกันทำ รสชาติเข้มข้นมาก”

อาจารย์สัณฐานที่เพชรบุรี “ขนมเพชรบุรีมีมานานแล้ว แต่ขนมของฝากขึ้นชื่อของเมืองเพชรเป็นเรื่องทำในภายหลัง ขนมมีการปรับปรุงให้เหมาะกับคนปัจจุบัน”



กะบะใส่ขนม ใช้มาหลายสิบปี สามารถใส่ขนมหลายอย่าง อุ่นได้ตลอดเวลา

ภูมิปัญญาท้องถิ่น คนสมัยก่อนมีการสั่งสอนลูกหลานเรื่องการเลือกเครื่องปรุงให้เหมาะสม ทั้งในแง่ฤดูกาลและรสชาติ (การใส่ข้าวคั่วทำให้ปลาร้ามีกลิ่นหอม ปลาร้าต้องปลากะต๋) การหาของป่าของธรรมชาติ (ต่อน้ำแล้ง สามารถหาหอยทรายฝึ้งแม่น้ำน่าน หาลูกไม้ป่าเป็นขนม) การใช้วัสดุธรรมชาติทำบรรจุภัณฑ์ (ใช้ใบตอง ใบบัวห่อ ไข่เชือกร้อยแทนการใส่ถุง) การดูแลให้ธรรมชาติฟื้นตัว (การทำนาปี) การเลือกเครื่องเคียงเพื่อทำให้การรับประทานเกิดความอร่อย และการกินอาหารให้เป็นยา นอกจากนี้ ภาชนะและเครื่องในการปรุงอาหารมีการปรับใช้ตามความเหมาะสม

อาหารเด็ก บางบ้านมีการทำอาหารสำหรับเด็ก อาหารที่กินง่าย ไม่เผ็ด หลายบ้านอาหารสำหรับเด็ก คือ เมนูไข่ กินเป็นอาหารเช้าก่อนไปโรงเรียนและนำไปเป็นอาหารกลางวัน

อาจารย์เบญจา “แม่เสียอยู่กับอา อาทำข้าวต้มขาย อาทำอาหารให้กิน อาหารไทยทั่วไป กลางวันซื้อกินที่โรงเรียน อาทำแกงส้ม ไข่ทอด ยำ ห่อหมก อะไรที่ไม่เผ็ด เด็ก ๆ ไม่กินเผ็ด มากินได้ตอนโต”

อาหารนอกบ้าน สาเหตุของการไม่กินอาหารนอกบ้านในสมัยก่อนมีหลายอย่าง เช่น การกินอยู่อย่างประหยัด ผู้บริโภคไม่ค่อยมีเงิน การทำอาหารรับประทานที่บ้าน การซื้อกิน (ไม่ทำอาหาร) มีภาพลักษณ์ที่ไม่ดี และที่สำคัญที่สุด คือ อาหารขายน้อย ผู้ให้สัมภาษณ์อายุในช่วง 80 ปี เล่าว่า ไม่ค่อยมีอาหารขาย ส่วนใหญ่ทำกินเอง แม้กระทั่งข้าวแกงก็หายาก ผู้ให้สัมภาษณ์รุ่นต่อ ๆ มาหรือมีอายุน้อยลง เล่าว่า มีอาหารขายมากขึ้น

แต่อย่างไรก็ดี พฤติกรรมการกินอาหารนอกบ้านแตกต่างกันในแต่ละครอบครัว ลูกเจนและป้าสุนีย์รัตน์ เล่าว่า พ่อพานั่งรถไฟจากพระนครศรีอยุธยามาลงหัวลำโพงและต่อไปรางเขาวราชสำเพ็ง อาหารมีทั้งในภัตตาคารและหาบเร่ที่ขายให้กุลีนั่งรับประทานแถวนั้น รายการอาหารไม่แตกต่างจากปัจจุบัน แต่มีราคาถูกมาก ป้าอู๊ด เล่าว่า เป็ดย่างพูนสินมีมานานมาก พ่อชอบซื้อกระดูกเป็ดมาให้กินที่บ้าน

ร้านกาแฟที่อยู่ตรงข้ามพุนสันทันก็มีมายาวนานพอกัน ร้านย้ายมาจากฝั่งตรงข้าม พ่อลุงปรีชาทำอาหารแบบจีน เช่น เป็ดพะโล้ ขาแฉะบางกระป๋อง ร้านอาหารมีไม่มากและการไปกินตามร้านอาหารเป็นเรื่องนาน ๆ ครั้ง แต่อาหารพวยเรือขาย หาบเร่ขายตามบ้านหรือตลาดสามารถพบเห็นเป็นเรื่องปกติ ยกเว้นในชนบทห่างไกล ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่านมีแม่และบรรพบุรุษทำอาชีพขายอาหารหรือขนม ผู้บริโภคอาศัยซื้ออาหารหรือขนมที่ไม่ทำเอง เช่น ก๋วยเตี๋ยว ขนมหวานที่ทำยาก ขนมชั้น ทองหยิบ ฝอยทอง มิน้อย ส่วนใหญ่ซื้อมากินที่บ้านหรือนั่งเก้าอี้เล็ก ๆ กินหน้าหาบเมื่อแม่ค้าผ่านหน้าบ้านมากกว่าออกไปกินที่ร้านอาหาร

แม้กระทั้งการไปชมความบันเทิงหรือไปงานวัด ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่รับประทานอาหารไปก่อนหรือพกพาไปด้วย บางส่วนบอกว่าไม่มีเงิน บางส่วนคิดว่าสนใจแต่ความบันเทิง ไม่มีความคิดที่ต้องไปกินอะไรในงาน แต่ผู้ให้สัมภาษณ์เล่าคล้าย ๆ กันว่า อาหารว่างตามงานวัด งานประจำปี มีของคบเคี้ยวง่าย ๆ เช่น มันต้ม ถั่วต้ม ข้าวโพดคั่ว ข้าวเกรียบ ขนมที่ทำจากกล้วย พวกอาหารจะมีก๋วยเตี๋ยว ถ้าเป็นงานประจำปีซึ่งเป็นงานใหญ่จะมีของจากต่างถิ่นมาขายมากขึ้น

การยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติ อาหารนำเข้าจากต่างประเทศมีมานานแล้ว แต่ไม่ใช่อาหารที่บริโภคเป็นประจำ นาน ๆ จะซื้อ หรือได้รับเป็นของฝาก อาหารแบบต่างชาติหลายอย่างมีมานานแต่ไม่มีขายทั่วไป ทำให้ไม่มีโอกาสทดลองกิน คนไทยพุทธ มุสลิม และเชื้อสายจีนชอบอาหารแบบไทย คนไทยคุ้นเคยและยอมรับอาหารจีนมากกว่าอาหารประเภทอื่น บางส่วนกลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมไทย เช่น ก๋วยเตี๋ยว เต้าหู้ เต้าเจี้ยว คนไทยยอมรับอาหารเครื่องเทศของมุสลิมน้อยมาก ส่วนใหญ่ไม่ชอบเพราะคิดว่ากลิ่นรุนแรงเกินไป ลักษณะอาหารของผู้สูงอายุไทยมุสลิมเองก็ไม่แตกต่างจากคนไทยพุทธ เพียงแต่การปรุงและส่วนผสมต้องเป็นไปตามกฎของศาสนา หลายท่านไม่ชอบอาหารเครื่องเทศ

ป้าเรียนที่บางลำภู เล่าว่า “พ่อมาจากอินเดีย แม่เป็นมุสลิมจากพระนครศรีอยุธยา แม่โตมากับอาหารไทยรับประทานอาหารไทย อาหารเครื่องเทศได้ พ่อพอรับประทานอาหารไทยได้ แต่ถ้ามีแขกของพ่อ แม่จะปรุงอาหารเครื่องเทศเลี่ยนแขก ป้าเปิดร้านอาหารอิสลามแบบไทยและเครื่องเทศหลังพ่อเสียชีวิตแล้วสัก 30 ปีได้ ก่อนหน้านั้นคนทั่วไปไม่มีโอกาสในการรับประทานอาหารเครื่องเทศน้อยมาก ในตรอกสุเหร่าจักรพงษ์ไม่มีร้านอาหาร จะมีโอกาสกินตอนงานสำคัญของสุเหร่า”

คนไทยจีน โดยเฉพาะในต่างจังหวัด รับประทานอาหารแทบไม่ต่างจากคนไทย มีอาหารจัดรับประทานง่ายแบบจีนบ้าง ส่วนใหญ่ชอบข้าว น้ำพริก ปลาทอด แกงส้มเหมือนคนไทยส่วนใหญ่ อาหารจีน เช่น ข้าวมันไก่ ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้น ขนมจีบ ซาลาเปา ไม่ค่อยมีขาย มีโอกาสในการบริโภคน้อยเหมือนคนไทยกลุ่มอื่น ๆ เพราะไม่ใช่อาหารปรุงรับประทานที่บ้าน นาน ๆ ครั้งจะมีการบริโภคอาหารที่มาจากเมืองจีน พวกผลไม้ แอปเปิ้ล สาลี่ ฝรั่ง

ป้ากาญจนาอยู่แถวตลาดเหนือ ริมทางรถไฟ ตาคลี “ไม่ค่อยไปไหน มัวแต่ทำมาหากิน ชอบกินอาหารไทย พ่อแม่เป็นคนจีน แต่สมัยก่อนไม่มีสิทธิเลือกมาก แม่ทำอาหารไทยง่าย ๆ เรียนรู้จากคนแถวนั้น แม่ไม่ได้สอนทำ ป้าสังเกตจากแม่ อาหารแขกไม่กิน ไม่

ชอบ สมัยก่อนไม่ค่อยมีขาย อาหารต่างชาติ (แฮมเบอร์เกอร์ พิซซ่า ญีปุ่น) หลานชวนไป
โลตัส แต่ไม่ค่อยกิน”

ลุงสมศักดิ์ที่ตาคลี “อาหารเขารสชาติอร่อยเข้มข้น คุณภาพดี ราคาไม่แพง ผลไม้เมือง
จีนแอปเปิ้ล องุ่น สาลี่ เกาลัดมีกิน อินทผลัมมะวันออกกลางก็มี”

ผู้สูงอายุทั้งไทยพุทธ มุสลิม และคนจีนไม่ค่อยการยอมรับวัฒนธรรมใหม่ ๆ พวกอาหารอเมริกัน
อิตาเลียน ญี่ปุ่น หรือเกาหลี ปัญหาที่พบ คือ โอกาสในการเข้าถึงอาหารกลุ่มนี้น้อย และเมื่อมีโอกาส
ส่วนใหญ่ไม่ค่อยชอบรสชาติ เนื่องจากทดลองครั้งแรกตอนเป็นผู้สูงอายุแล้ว

นอกจากนี้ การยอมรับวัฒนธรรมต่างชาติอาจอยู่ในรูปของการค้าขาย ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน
เล่าว่า บางครั้งคนไทยก็ขายอาหารที่มีต้นตอมาจากวัฒนธรรมจีน พวกก๋วยเตี๋ยว บางครั้งคนจีนก็ขาย
อาหารข้าวแกงและขนมไทย ๆ ป้าอู๊ด เล่าว่า คนจีนหาขนมไทยขายตอนเย็น ๆ พวกขนมน้ำ ๆ

การแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมเมื่อมีเหตุการณ์สำคัญในอดีต

การเข้ามาของทหารญี่ปุ่นในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 ทหารญี่ปุ่นมีความต้องการข้าวและอาหาร
จากไทย ผู้ให้สัมภาษณ์บางคนพบเห็นทหารญี่ปุ่นซื้ออาหารจากคนไทย ป้าส้มแป้นที่พิษณุโลกชอบทำ
ก๋วยเตี๋ยวน้ำแบบไทย ๆ หาไปขายที่ค่ายทหารญี่ปุ่น คนญี่ปุ่นชอบอุดหนุนเพราะเหมือนอาหารญี่ปุ่น
ผู้ให้สัมภาษณ์เพียงท่านเดียว คือ ลุงเล็กที่ตาคลีจำได้ว่าเคยเอาหมูเค็มของทหารญี่ปุ่นมากิน

การเข้ามาของทหารอเมริกันในสมัยสงครามเวียดนาม มาที่กองบิน 4 ตาคลีในปีพ.ศ. 2504

ลุงวันลีและภรรยาทำงานที่โรงอาหารของทหารอเมริกัน เล่าว่า “ปีแรกไม่มีโรงอาหาร
หรือที่พัก ทหารต้องกางเต็นท์อยู่ กินอาหารกระป๋อง ยังไม่มีการทำอาหารเอาไว้บริการ
คนไทยไม่สิทธิเข้ามายุ่งเกี่ยวกับอาหารของทหารง่าย ๆ เขาจะคัดเลือกเฉพาะคนที่ไว้ใจ
เข้ามาทำงาน อาหารฝรั่งมีขายข้างนอกไม่มากนัก ส่วนใหญ่ทหารจะกินอาหารที่โรง
อาหารก่อนออกไปเที่ยวข้างนอกค่าย คนไทยมีโอกาสดำลองอาหารฝรั่งน้อย เพราะไม่
ค่อยมีขาย”

ภรรยาลุงวันลี “อาหารพนักงานกับทหารไม่เหมือนกัน มีโอกาสกิน แต่ไม่ค่อยชอบ
บางครั้งเพื่อนอเมริกันให้เอามาทำที่บ้าน นาน ๆ จะทำอาหารฝรั่งกินที่บ้าน พวกง่าย ๆ
ขนมปัง แฮม ส่วนใหญ่ทำอาหารไทยที่บ้าน เครื่องปรุงหาซื้อยาก มีขายน้อย แม้กระทั่ง
อาหารสำหรับทหารหลายอย่างเป็นของสำเร็จรูปที่ส่งมาจากที่อื่น ไม่ผลิตเอง ฝรั่งเรียนรู้
จากเราเรียนรู้จากเรามากกว่า”

ลุงสมศักดิ์ที่ตาคลี “ตอนทหารอเมริกันมา บาร์เยอะแถววัดหัวเขา เหมือนพัทยา เปิดทั้ง
คืน ตอนนั้นแจ้งหมดแล้ว ร้านส่วนใหญ่เป็นอาหารไทยหรืออาหารแก้มเหล้า อาหารฝรั่ง
ไม่ค่อยมี สิ่งที่เราเห็นเพิ่มขึ้นเยอะตอนนั้น คือ ส้มตำ มาพร้อมกับคนที่ทำงานกับฝรั่ง
เมื่อก่อนที่แถวกลางคืนเยอะ ไปตามที่ฝรั่งไปกิน กินได้ แต่ไม่ชอบอาหารฝรั่ง ชอบอาหาร

รสจัด ของสำเร็จรูปของฝรั่งไม่ค่อยมีขาย พวกแฮม เครื่องกระป๋องก็มี แต่ไม่ค่อยได้กินเบเกอร์ร้านแรกแถวนี้เพิ่งเกิดเมื่อ 20 ปีนี้เอง ขนบปิ้งยังไม่มีเลยตอนนั้น ฝรั่งหันมากินของเรามากกว่าเราจะไปกินของเขา”

ป้ายังที่ตากลิ ป้ามีบ้านเช่าให้ฝรั่งและเปิดร้านอาหาร “เด็ก ๆ จนมาก พ่อมาจากเมืองจีน พ่อตายตั้งแต่อายุ 42 ตอนเด็กทำงานรับจ้างสารพัด ทำทุกอย่าง ป้ากินอาหารอะไรก็ได้ ข้าว น้ำพริก ผักจิ้ม แกงส้ม ไม่ชอบแกงกะทิ เศรษฐกิจดีมากตอนฝรั่งมาอยู่ร้านแถวนี้มีเยอะ ที่ติดกันนี้ก็เคยเป็นบาร์ ฝรั่งเข้ามาเที่ยวกัน แต่ไม่ได้กินของเขา”

ป้ากิมเฮง น้องสาวป้ายัง “ร้านอาหารส่วนใหญ่คนไทยกิน เขาตามเมียไทยมาบ้าง เขาไม่ค่อยกิน บางคนกินได้ เราไม่กินของเขา ที่ ๆ ที่บ้านเช่า พี่ชายซื้อให้ เศรษฐกิจมันดี แค่ลงเสา ฝรั่งก็มาของเช่าแล้ว ให้เช่าเดือนละ 2-300 บาท มี 20 หลังได้ พอฝรั่งกลับ ร้านทยอยปิด ตอนแรกคนไทยเที่ยว ต่อมาก็ปิดหมด เปลี่ยนเป็นร้านอย่างอื่น”

ป้าร้านข้าวมีสามี่เป็นทหารอยู่กองบิน 4 “คนไทยกับฝรั่งแยกกันอยู่ เขามีคนทำให้กินของเขาขึ้นเรือบินมา สามี่เป็นจำในกองบิน มีเพื่อนฝรั่ง บางทีเขามาบ้าน แต่ไม่เคยยุ่งเรื่องอาหารการกินของเขา บ้านอยู่ในกองบิน ทำอาหารกินเอง ซื้อของจากตลาดนัดในค่าย ไม่เคยทำอาหารฝรั่งที่บ้าน ไม่มีของให้ซื้อ”

ป้าม่วยอยู่ที่ตลาดริมทางรถไฟ “เมื่อก่อนขายกล้วยปิ้งหน้าตลาดริมทางรถไฟ ขายดีมากในช่วงทหารมาอยู่ กล้วยปิ้งฝรั่งก็กิน ป้าไม่ชอบอาหารต่างชาติ ไม่ชอบบนมเนย กินแต่อาหารง่าย ๆ”

ร้านอาหารฝรั่งมีบ้าง คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยไปร้านอาหารบริเวณที่มีทหารอเมริกัน บางคนทดลองแต่ไม่ชื่นชอบถึงขั้นกินเป็นประจำ ส่วนใหญ่กินอาหารไทย นอกจากนี้ เครื่องปรุงแบบตะวันตกมีน้อยไม่ค่อยมีคนนำไปขาย ร้านของทหารคนไทยเข้าไปซื้อไม่ได้ ทำให้การทำอาหารตะวันตกที่บ้านมีน้อยมาก

การอธิบายข้างต้นทำให้สรุปได้ว่า ความสัมพันธ์ระหว่างคนไทยกับคนญี่ปุ่นและคนอเมริกันมีระยะห่างมาก ภายใต้สภาวะสงครามทั้งญี่ปุ่นและอเมริกันมีความต้องการอาหารแต่ไม่มีการแลกเปลี่ยนกับคนทั่วไป คนไทยไม่มีโอกาสการปฏิสัมพันธ์กับคนต่างชาติมากเพียงพอที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอาหาร การเข้าของทหารอเมริกันเป็นเพียงจุดเริ่มต้นของการแพร่หลายของอาหารต่างชาติ เพราะเมื่อทหารอเมริกันเข้ามา การนำเข้าสินค้าอาหาร การผลิตอาหารตะวันตกมีมากขึ้น แต่ยังไม่กระจายในวงกว้าง ดังนั้น ช่องทางที่ทำให้อาหารต่างชาติแพร่หลายในสังคมไทยอย่างแท้จริง คือ ห้างสรรพสินค้าซึ่งกระจายไปยังส่วนภูมิภาคในระยะเวลาไม่เกิน 20 ปี

สถานที่

วัฒนธรรมอาหารเกี่ยวข้องกับพื้นที่และสถานที่ที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมผู้บริโภค ได้แก่ แหล่งวัตถุดิบ สถานที่ซื้อ สถานที่ปรุงอาหาร สถานที่บริโภค และสถานที่เก็บรักษา

แหล่งวัตถุดิบ พื้นที่การเกษตรยังมีอยู่มาก ยกเว้นในกรุงเทพฯ อาหารไทยส่วนใหญ่เป็นอาหารที่มีการปรุงแต่งน้อย ส่วนผสมหลักเป็นอาหารสดจากการเกษตรกรรมและธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ ส่วนน้อยมาจากการถนอมอาหาร ผู้บริโภคส่วนใหญ่ซื้อพวกเครื่องปรุงรส น้ำปลา เกลือ น้ำตาล ซีอิ๊ว เต้าเจี้ยวจากร้านค้า ถ้าบ้านในเมืองมีพื้นที่บ้างจะปลูกพืชผักสวนครัวหรือไม้ผลไว้รับประทาน ถ้าผู้บริโภคไม่สามารถเพาะปลูก สามารถซื้อได้จากตลาดใกล้บ้านหรือตลาดสำคัญของจังหวัด

ป้าหลอดอยู่ที่วรจักร “เติบโตมาแบบคนบ้านนอกทั่วไป กินอาหารง่าย ๆ มาอยู่กรุงเทพฯ กินอาหารไทย อาหารจีน ซื้อกินบ้าง ใกล้เคียง ๆ ที่อยู่”

ป้าประเสริฐที่พระนครศรีอยุธยา “บ้านไหนมีพื้นที่ แต่ไม่ปลูกพืชผักสวนครัว ขี้เกียจมาก มีกันทุกบ้าน ทำอะไรก็ไปเก็บเอา ผักป่าแถวนี้ก็มี เก็บได้เยอะแยะ เดี่ยวนี้หายาก”
ป้าประเสริฐที่พิษณุโลก “คนที่อยู่ริมแม่น้ำน่านหรืออาศัยอยู่บนแพจับจองพื้นที่ริมตลิ่งปลูกพืชผักสวนครัว ตอนนี้ลำน้ำ เมืองเปลี่ยนไป ไม่มีใครเพาะปลูกริมตลิ่งอีกแล้ว”

สิ่งที่ส่งผลต่ออาหารในแหล่งวัตถุดิบมีหลายอย่าง เช่น ความอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางธรรมชาติ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม และความเสื่อมโทรมของธรรมชาติ สิ่งเหล่านี้ทำให้การบริโภคคนภาคกลางคงอยู่หรือเปลี่ยนแปลงไป

ความอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ ศาสตราจารย์ศรีศักร วัลลิโภดม กล่าวว่า “สังคมไทยเคยอยู่อย่างสงบสุข เพราะเมืองไทยอุดมสมบูรณ์ มีพื้นที่กว้างใหญ่ ทำกินไม่เดือดร้อน ไม่ต้องแย่งกัน” ชาวนาชาวสวนทั้งกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด กล่าวว่า การเพาะปลูกสมัยก่อนง่ายมาก ทำแต่นาปี เฝ้าฟางหญ้าแห้ง ปลูกอะไรก็งอกงาม ไม่ต้องใส่ปุ๋ย ไม่ต้องใช้ยาฆ่าแมลง น้ำในแม่น้ำลำคลองสะอาดมาก สามารถดื่มได้ บางบ้านวางแผนการใช้พื้นที่เป็นอย่างดี พังตนเองให้มากที่สุด ขุดบ่อ แบ่งพื้นที่สวนครัว ปลูกอ้อย มะพร้าว ถั่วลิสง ไม้ผล เลี้ยงเป็ดไก่ ในต่างจังหวัดพื้นที่ที่ไม่ใช่สวนไร่นา เคยเป็นป่า พระนครศรีอยุธยามีป่าต้นสะแก ตาคลีก็เคยมีป่ามาก มีงูชุกชุม ทำให้ร่มเย็นมาก สามารถหาผัก เห็ด หน่อไม้ หรือหัวมันจากในป่า ปัจจุบันป่าหายไป กลายเป็นเมือง หมู่บ้านจัดสรร บางพื้นที่กลายเป็นบึง เพราะมีการดูดทรายขาย

ป้าอุ๊ที่วิสุทธิกษัตริย์ “สมัยก่อนเจียบมาก แลวนั้นยังเป็นธรรมชาติ มีไฟฟ้าแต่มีแค่ดวงเดียว ทางส่วนใหญ่มีตมมาก ป้าไปเที่ยวทั่ว ไปไหนก็เดินไป ไม่กลัว กลางคืนป่ากับเพื่อนจะคอยฟังเสียงแมงดาที่มาเล่นไฟที่หัวถนนตกลงมา และจะวิ่งแข่งกันไปเก็บ ตัวเมียมีไข่กินได้”

อาจารย์สมบัติ พลายน้อย บ้านเดิมอยู่พระนครศรีอยุธยา “ของกินเยอะ หนาน้ำสายบัวลอยมา ไม่ต้องซื้อ มีโสนเต็มทุ่งนา ตาลิ่งข้างรั้ว ผักบุ้งก็มี ปลาช่อนตัวโต ๆ ปลาตะเพียนก็เยอะ ปลาสร้อยหนาน้ำมาเป็นกลุ่มดำมีตมาเลย แค้ใช้พายกรีดน้ำ ปลาก็กระโดดลงมาในเรือ กินอร่อยมาก หอด ต้ม บึง เมื่อก่อนตัวโต เอามาทำน้ำปลา ใส่อ้อย น้ำปลาปลาสร้อยหอมหวาน เอาข้าวเย็นมาลวกกินก็อร่อยแล้ว น้ำปลาสมัยนี้เค็ม กุ้งปลาเยอะ แต่ไม่จับเอง พอใจดี คนเรียกให้ซื้อ ก็ซื้อ”

ปายูริย์ “เพชรบุรีอุดมสมบูรณ์ ไม่เคยลำบากเรื่องน้ำ คนทำนาได้เรื่อย ๆ ทำสวนได้ อาหารทะเลก็มี มีน้ำตาลโตนดที่บ้านลาด น้ำตาลมะพร้าวที่บ้านแหลมมาที่หลัง”

ป่าเทที่พิษณุโลก “บ้านอยู่ใกล้บึง น้ำใสสะอาด อาศัยเป็นน้ำกินน้ำใช้ ช่วยกันดูแลไม่ให้ใครทิ้งอะไรลงไป มีเลี้ยงเป็ด เลี้ยงไก่ กินไข่ ไม่ชอบเลี้ยงหมู เลี้ยงครั้งเดียวตอนเด็ก ๆ มันร้องตอนเอาไปขาย มันร้องแล้วมองตาเรา บ้านมีหนอง มีปลาเยอะ เดินมาหนองก็มีคลอง มีปลา มีกุ้ง ตัวเล็ก ๆ ช้อนมาทำกะปิ ทำเองหมด ไม่ได้ซื้อ ปลาแรดด้วย ก็ไม่ได้ซื้อ ปลาช่อน ปลากระดี่เค้าเกลือ เข้าขึ้นมาก็ตากแดด ย่างมั่ง ไล่เกลือมั่ง ทอด น้ำมันเคี้ยวเอง น้ำมันมะพร้าว ตอนหลังมีขาย หน้านามีปลาเยอะ ขายได้สิบบาทก็ดีใจ อยู่ได้ตั้งนาน เดินเอาออกมาขาย ไม่มีทางหрок แต่กลัว ไม่มีใครทำอะไรหрок กลัวแต่ง”

การเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างทางธรรมชาติ การสร้างเขื่อน การเกิดน้ำเค็มบุกรุก การเกิดน้ำท่วม การตื่นเงินของลำนํ้า ทำให้สัตว์น้ำบางชนิดหาได้ยากขึ้น ก่อนมีเขื่อน ตอนหน้าแล้งแทบจะไม่มีน้ำลงไปเดินเล่น ไปหาหอยได้ การสร้างถนนและบ้านเรือนเพิ่มมากขึ้นทำให้พืชผักตามธรรมชาติค่อยลง

ปาวรรณาที่บ้านแหลม “มีอยู่ช่วงหนึ่งน้ำเค็มเข้ามาถึง สวนผลไม้เสียหายหมด ปลูกอะไรก็ไม่ขึ้น ที่เห็น ปลูกขึ้นมาใหม่ คนก็อพยพหนี พอสถานการณ์ดีขึ้น คนที่อื่นก็อพยพเข้ามา คนทางแม่กลองก็มา ปลูกมะพร้าว ทำน้ำตาล”

การเปลี่ยนแปลงทางสังคม ในสมัยก่อนพืชผักไม่ต้องซื้อก็พออยู่ได้ ผักริมทาง ผักที่อยู่ในน้ำ เก็บผักบุ้ง ตำลึงข้างรั้ว ผักป่าอีกเยอะแยะ จับปลา ทำน้ำพริก ทำแกง สามารถไปเก็บข้า ตระไคร้ ใบมะกรูดได้จากรอบบ้าน ขอเพื่อนบ้านก็ได้ เมื่อคนต่างถิ่นย้ายเข้ามาอยู่มากขึ้น พื้นที่ทำกินเล็กลง การหาของป่าทำได้ยาก พืชผักสวนครัวเคยแบ่งปันกัน กลายเป็นของหวงห้าม ต้องขอซื้อ หรือต้องไปซื้อจากตลาด สภาพบ้านเมืองก็เปลี่ยนไป ถนนหนทางมากขึ้น ธุรกิจบางอย่างย้ายถิ่นไป โรงสี โรงเลื่อย เคยมีในกรุงเทพฯ ก็ไม่มีแล้ว บางที่มีหมู่บ้าน โรงงานเกิดขึ้น

ลุงแสงอาศัยอยู่แถวสี่ย่าน ตั้งข้อสังเกตได้น่าสนใจว่า “สมัยก่อนมีโรงสี โรงเลื่อยริมแม่น้ำ มีเข็ร่าเศษไม้ตกลงไปในแม่น้ำ ทำให้มีปลากุ้งอุดมสมบูรณ์ ปัจจุบันไม่มีโรงสี โรงเลื่อยอีกแล้ว อาหารในน้ำน้อยลง”

ความเสื่อมโทรมของธรรมชาติ ธรรมชาติสมัยก่อนสะอาดบริสุทธิ์ ผู้ให้สัมภาษณ์คิดว่า ปัจจุบันธรรมชาติสกปรกมาก มีสารพิษ กินอะไรต้องระวัง เมื่อเป็นเด็ก ไม่มีการใช้ยาฆ่าแมลง ไม่มีความกลัวสารพิษ ไม่เคยคิดว่าอาหารไทยเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ

ป้าละเอียด เคยทำงานพัฒนาชุมชนตั้ง ข้อสังเกตว่า “ในช่วงปีพ.ศ. 2507-2508 คนอเมริกันเข้ามาแนะนำให้ใช้ปุ๋ยและยาฆ่าแมลง ตั้งแต่นั้นมาก็มีสารพิษในธรรมชาติ”

ผู้ให้สัมภาษณ์บางท่านกล่าวถึงน้ำเสียจากโรงงาน บางท่านกล่าวถึงการทำนาหลายครั้งต่อปี ทำให้ธรรมชาติไม่มีโอกาสฟื้นตัว แต่ส่วนใหญ่คิดว่า สาเหตุสำคัญมาจากการใช้ปุ๋ยและยาฆ่าแมลง ท่านหนึ่งตั้งข้อสังเกตว่า แมลงมีมากขึ้น เพราะแสงสว่างจากไฟฟ้าส่องแมลงให้เข้ามา จึงต้องใช้ยาฆ่าแมลง

สถานที่ซื้อ ทุกชุมชนมีตลาดหรือร้านค้าสำหรับซื้อวัตถุดิบ เครื่องปรุงในการทำอาหาร ในช่วงแรกร้านค้าและร้านอาหารมีไม่มากนัก สำหรับชุมชนขนาดเล็กหรือพื้นที่ที่มีผู้คนอาศัยอยู่กระจัดกระจายจะมีพ่อค้าเร่หาบขาย และถ้ามีลำน้ำจะมีเรือพายไปขายถึงบ้าน ส่วนใหญ่เป็นอาหารสด เครื่องใช้ มากกว่าอาหารสำเร็จรูปหรือขนม การซื้ออาหารจากพ่อค้าแม่ค้าเป็นวิถีชีวิตปกติของคนภาคกลาง เมื่อใดต้องการเครื่องปรุงพิเศษ พ่อแม่หรือผู้ให้สัมภาษณ์เดิน พายเรือ ขึ้นเรือแม่ล ขึ้นรถรางไปซื้อหาที่ตลาดสำคัญของเมือง เช่น ตลาดหัวรอ พระนครศรีอยุธยา ตลาดริมแม่น้ำน่าน พิษณุโลก ตลาดริมแม่น้ำเพชรบุรี ปัจจุบันผู้บริโภคมีทางเลือกมากขึ้น นิยมไปซื้อที่ห้างสรรพสินค้ามากขึ้น ลูกค้าของตลาดมีไม่มากเหมือนในอดีตสมัยพ่อของลุงพรพิทักษ์ที่เพชรบุรี และลุงเจนที่พระนครศรีอยุธยาต้องสั่งสินค้าจำนวนมากจากกรุงเทพฯ สินค้ามาทางเรือและรถไฟ นอกจากนี้ ผู้บริโภคสามารถซื้อสินค้าที่ตลาดนัดในวัดต่างๆ ลำน้ำและวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปทำให้ตลาดบางแห่งลดความสำคัญลง ตลาดวัดปากคลองเคยเป็นตลาดสำคัญของบ้านแหลมเพชรบุรี ผู้คนคึกคักหนาแน่นมาก ปัจจุบันเงียบมากไม่แตกต่างจากวัดตามต่างจังหวัดทั่วไป บางครั้งชาวบ้านสามารถซื้อสินค้าที่แตกต่างได้ทั้งงานประจำปี เช่น งานเขาวังที่เพชรบุรี งานวัดใหญ่ที่พิษณุโลก จะมีคนกรุงเทพฯ และคนต่างถิ่นอื่นนำสินค้ามาขาย

การซื้ออาหารสำเร็จรูป

อาจารย์ทิพย์วัลย์ที่ถนนสุขุขทัย “คนหาบขนมจีนผ่านหน้าบ้านมีมาแต่ยี่ ๆ ให้นั่งกินล้อมหาบ ไกล ๆ บ้านมีตลาด ในคลองเปรมประชากรก็มีแม่ค้าพายเรือขายของ”

ป้าชนิดที่บางลำภู “เมื่อก่อนบ้านอยู่ริมน้ำเจ้าพระยา บางทีก็มีเรือมาขายของ แต่ไม่มีกล้วยเตี้ยเรือ แถวนี่มีโรงละครผู้หญิง มีของขายข้างหน้า หน้าโรงหนังบุศยพรรณมีอาหารขายตอนเย็น”

ป้าจิมล์มอยู่ฝั่งธนบุรี “สมัยก่อนอยู่ในสวน ไม่มีอะไรให้ซื้อ ไม่ค่อยมีคนเข้าไปขาย ต้องออกมาที่ตลาด”

ป้าวิเชียร ป้าประเสริฐ ป้าถนอม ป้าบุญเสริม และลุงไปล์ที่พระนครศรีอยุธยา “ถ้าจะไปซื้อของจะไปหัวรอ คนเอาของมาขายเยอะ มีของให้เลือกมาก” ถึงแม้การเดินทางไม่สะดวกนักคนพระนครศรีอยุธยาก็ต้องมาที่หัวรอ ป้าประเสริฐ ป้าบุญเสริม ลุงไปล์ต้องเดินทางไกลไปขึ้นเรือหรือรถเพราะบ้านไม่ติดคลอง

ลุงปรีชาอยู่ที่บางกระบือ “เมื่อก่อนมีรถราง เวลาไปซื้อของจากเยาวราชมาทำขาย (พ่อแม่ทำอาหารจีนขายแถวบ้าน) สะดวกมาก เยาวราชมีของทุกอย่าง ซื้อที่บางลำภู เทเวศน์ สี่แยกก็ได้ มีรถรางผ่าน”

ลุงเจน ที่ตลาดหัวรอ พระนครศรีอยุธยา “พ่อพาไปซื้อของที่เยาวราช ขึ้นรถไฟลงหัว
ลำโพง แล้วต่อรถรางไปเยาวราช ของกินเยอะแยะ เขามีม้านั่งตัวเล็ก นั่งกินข้างทาง”



หัวลำโพงประมาณ 60 ปีที่แล้ว

การขายอาหาร

ป้าหงษ์ขายขนมที่ตลาดนางเลิ้งมาตั้งแต่ยังสาว “เมื่อก่อนหน้าโรงหนัง คนเยอะ คึกคัก
มาก ร้านขนมมีตั้งหลายร้าน ขนมมีมาตั้งนานแล้ว คนรู้จักทำมาก่อน มาอยู่กับเขา ทำมา
ห้าหกสิบปีแล้ว”

ลุงปรีชาที่บางกระบือ “พ่อทำอาหารจีนขาย”

ป้าเอื้อนขายข้าวแช่ที่ตลาดเพชรบุรีมากกว่า 50 ปี “แม่ขายอาหารก่อน แม่หาบขายไปทั่ว
ป้ามาทำ ป้าก็เริ่มจากหาบขาย ต่อมาป้ามาขายตรงนี้ ที่หน้าอนามัยเจ้าจอมเอื้อน ขาย
ข้าวแช่แบบนี้มาหลายสิบปี ไม่เปลี่ยน”

ป้าวรรณที่บ้านแหลม เพชรบุรี “ตลาดมีอะไรน่าขายก็เอามา แม่จะพายขายไปเรื่อยๆ
กลับค่ำ ๆ เข้าตามคลองเล็ก ๆ ด้วย บางวันไปไกลมาก ตอนหลังมีขนมหรืออาหาร
สำเร็จรูปบ้าง เมื่อก่อนส่วนใหญ่เป็นของสด คนเขาซื้อไปทำกินเอง”

ป้าสุนีย์ที่พิษณุโลก “พ่อเป็นทหาร ที่บ้านจน ลูกหลายคน แม่เลยทำขนมไทย ๆ ขาย
หาบจากบ้านไปขายที่ริมสะพาน ไกลวัดใหญ่ บางทีป้าก็ช่วยหาบไป”

ป้าเป่า “เมื่อก่อนขายของสดในตลาด หลัง ๆ ทำขนมขายที่หน้าบ้าน แกงบวด สาธุ
น้ำกะทิ ข้าเหนียวถั่วดำ ...”



รถเข็น ในปีพ.ศ. 2499 รถเข็นมาทีหลัง สมัยก่อนจะใช้หาบหรือใส่มาในเรือ

คนไทยทำการค้ามานานแล้ว ไม่ใช่ทำแต่การเกษตรกรรม สถานที่ซื้อขายอาหาร มีดังนี้

ในกรุงเทพฯ ตลาดสดมีอยู่ทั่วไปทั้งฝั่งพระนครและฝั่งธนบุรี ตลาดยอด บางลำพูถือเป็นตลาดสำคัญแห่งหนึ่ง เครื่องปรุงแทบทุกอย่างสามารถซื้อหาได้ แต่ถ้าต้องการเครื่องปรุงแบบจีนต้องไปซื้อได้ที่เยาวราช ตลาดอื่น ๆ ตามถนนสามเสน จากบางลำพูไปจนถึงบางกระบือมีสินค้ามากมาย ผู้ให้สัมภาษณ์ที่อยู่แถวถนนสุขุทัยสามารถไปซื้อที่บางลำพู เทเวศน์ หรือราชวัตร ผู้ให้สัมภาษณ์ที่อยู่แถววิสุทธิกษัตริย์สามารถซื้อแถวตลาดเชิงสะพานวันชาติ ผู้ให้สัมภาษณ์ที่อยู่แถวนางเลิ้งสามารถมาซื้อของแถวบ้านและที่บางลำพูหรือเยาวราช สามารถเดินทางไปด้วยรถราง ฝั่งธนบุรี ผู้ให้สัมภาษณ์พูดถึงสถานีรถไฟ ตลาดพลู วัดสุวรรณ คลองบางกอกน้อย นอกจากนี้ ยังมีพ่อค้าแม่ค้าทั้งชาวจีนและไทยหาบของมาขายหน้าบ้าน

ในต่างจังหวัด ตลาดมีอยู่ทั่วไปเช่นกันและสามารถซื้อสินค้าจากพ่อค้าเร่ พ่อแม่ผู้ให้สัมภาษณ์ที่อยู่ท่าंगไกสามารถซื้อของพื้นฐานจากร้านค้าในละแวกใกล้เคียง ถ้ามีสิ่งจำเป็นที่ต้องซื้อจะเดินทางมาในตัวเมืองนาน ๆ ครั้ง การเดินทางสะดวกขึ้นมาก ถ้าอาศัยอยู่ใกล้เส้นทางน้ำหรือถนน คนพระนครศรีอยุธยาคนพิษณุโลกหาซื้อปลาอาหารทะเลคู่กับน้ำพริกกะปิในตลาดได้ไม่ยาก สินค้าจำเป็นจากถิ่นอื่น เช่น น้ำตาลอ้อยบ น้ำตาลโตนด มะพร้าวจะมีพ่อค้าล่องเรือลำใหญ่มาขายที่ตลาดริมแม่น้ำ



เตาเคี่ยวตาลโตนด สินค้าเด่นของบ้านลาด เพชรบุรี

แต่สภาพตลาดเปลี่ยนแปลงไป ย้ายเพลินและป่ายุรีย์บ้านอยู่ตรงตลาดวัดปากคลอง “สมัยก่อนแถวนี้เป็นชุมชนใหญ่มาก เรือเยอะ คนเต็มไปหมด คนจะไปเอาของจากในตัวเมืองมาขาย ของที่มาจากทะเลก็มาขึ้นที่นี่ ของสำเร็จรูปมีน้อย มีแต่ของสด” ตลาดหายไปเพราะคนเลิกใช้เรือ มีการตัดถนน ขึ้นรถประจำทางไปซื้อในเมือง ป้าวรรณที่บ้านแหลมบอกว่า “การขายของทางเรือลำบากขึ้น เพราะเขื่อนสมัยก่อนคุน้ำขึ้นน้ำลง ไปตามน้ำง่าย ๆ” โดยเฉพาะเมื่อธุรกิจค้าปลีกสมัยใหม่เข้ามา ตลาดร้านหลายแห่งซบเซา ลูกค้าน้อยลงมาก เช่น ตลาดหัวรอ ตลาดริมน้ำเพชรบุรี แต่หลายท่าน กล่าวว่า สมัยก่อนมีนัด (ตลาดนัด) ตามวัด คนไม่ไปซื้อของในเมืองก็มาซื้อตามนัด เดียวมีตลาดนัดเยอะขึ้น

สถานที่ปรุงอาหาร อาหารจะปรุงในครีวของบ้าน ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน กล่าวว่า ในรุ่นท่านอุปกรณ์เครื่องใช้ในครัวมีความคงทนมากขึ้น เดิมท่านใช้หม้อดินเผาหุงข้าว ต้มแกง หวดดินเผาในการนึ่ง ไม่นานก็ถูกเปลี่ยนเป็นหม้อโลหะ พวกอลูมิเนียม แต่เตายังใช้ถ่านหรือฟืนและหุงข้าวแบบเช็ดน้ำต่อมาอีกหลายปี สำหรับการปรุงอาหารเมื่อมีงานสำคัญ งานประจำปี หรืองานวัด ชาวบ้านจะนำอาหารมาสมทบหรือตกลงให้ผู้เชี่ยวชาญอาหารแต่ละชนิดมาช่วยปรุงในสถานที่จัดงาน



หวดดินเผา ลุงเจริญที่พิษณุโลกเก็บไว้หลายใบ



หม้อดินเผา ลุงเจริญที่พิษณุโลกเก็บไว้หลายใบ

สถานที่บริโภค ส่วนใหญ่ผู้บริโภครับประทานอาหารที่บ้าน เมื่อทำงานในไร่นาหรือไปโรงเรียนจะพกพาอาหารไปรับประทาน ถ้าเดินทางไกล ไปซื้อของที่ตลาดต่างถิ่น หรือไปเที่ยวงานวัดที่อยู่ห่างไกล จะพกพาอาหารไปรับประทานระหว่างทาง น้อยครั้งจะซื้ออาหารสำเร็จรูปรับประทาน บรรจุภัณฑ์ที่ใช้ในการบรรจุอาหารเมื่อเดินทาง คือ ใบไม้ ปิ่นโต หรือยกไปทั้งหม้อ เด็ก ๆ ห่ออาหารด้วยใบไม้หรือใส่กล่องอะลูมิเนียมไปที่โรงเรียน บางครั้งเป็นเพียงแค่อุ่นๆ ข้าวกับไข่ เด็กหลายคนเดินกลับมากินอาหารเที่ยงที่บ้านหรือไม่มีอาหารเที่ยง รอกินที่บ้านตอนเย็น การใช้บรรจุภัณฑ์ธรรมชาติและการใช้ซ้ำเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้บ้านเมืองในยุคนั้นสะอาด เพราะไม่มีขยะบรรจุภัณฑ์ การห่อหรือบรรจุอาหารสำเร็จรูปก็ใช้ใบไม้ กว๋ยเตี้ยรวาดหน้าห่อด้วยใบตองและกระดาษอีกชั้น อาหารประเภทน้ำอาจใส่ถ้วยของร้านหรือผู้ซื้อนำถ้วย-ปิ่นโตจากที่บ้านไปใส่อาหารกลับมารับประทานที่บ้าน อาหารสำหรับพระสงฆ์ ไม่นิยมตักอาหารใส่บาตร ตักแต่ข้าว จะใส่ปิ่นโตไปถวายที่วัด

สถานที่เก็บรักษา อาหารที่ปรุงแล้วจะมีตู้กับข้าวหรือที่ครอบสำหรับการรับประทานมื้อต่อไป น้ำตาลอ้อย ผักดอง และกะปิเก็บใส่ไห วางไว้ในครัว ปลาแห้ง กระเทียม หัวหอมแขวนไว้ตามคานในบ้านหรือในครัว ปลาร้า น้ำปลาใส่ไหวางตากไว้ชานบ้านอยู่ได้หนึ่งถึงสองปี หมูที่ซื้อจากตลาดจะรวนไว้ ใช้ได้สองสามวัน สำหรับผู้ที่อยู่ในเมือง สามารถซื้อเครื่องปรุงสดได้ทุกวัน การถนอมอาหารหรือการเก็บรักษาไว้นาน ๆ มีไม่มากนัก เพราะของสดหาได้ง่าย

ผู้มีส่วนร่วมในการสร้างวัฒนธรรมอาหาร

วัฒนธรรมอาหารไทยสืบทอดกับมายาวนาน คนสมัยก่อนมีโอกาสดูติดต่อกับคนภายนอกสังคมยากกว่า การเรียนรู้แบบดั้งเดิมจึงยังคงอยู่ เพราะโอกาสในการนำสิ่งใหม่เข้ามาผสมยังมีน้อย ผู้มีส่วนร่วมที่สำคัญที่สุด คือ คนในครอบครัว พ่อแม่ปู่ย่าตายาย พี่น้อง สามี ภรรยา ลูกหลาน ญาติ มิตร เพื่อนบ้าน คนในชุมชนเดียวกัน และพ่อค้าแม่ค้า แพร์หลายของหนังสือยังน้อย ดังนั้น การเรียนรู้จากตำราอาหารจึงจำอยู่ในกลุ่มคนเมือง โดยเฉพาะคนมีการศึกษา

แม่ยายาย พ่อปู้ตา ศาสตราจารย์ศรีศักร วัลลิโภดม กล่าวว่า “สังคมไทยเป็นสังคมแบบแม่เป็นใหญ่ (Matriarchy) แม่จะเป็นคนควบคุมความเป็นไปในบ้าน” อาหารเป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดจากบรรพบุรุษ โดยมีฝ่ายหญิงทำหน้าที่หลักในการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหาร ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่านเติบโตในครอบครัวเดี่ยว ไม่ได้อยู่ร่วมกับปู่ย่าตายาย การเรียนรู้เกี่ยวกับอาหารสืบทอดจากแม่เป็นหลัก อาจเป็นยายาย ป้า พ่อหรือพี่เป็นผู้ถ่ายทอด บางบ้านยายายเก่งการทำอาหารกว่าแม่ เมื่อไม่ได้อยู่ด้วยกัน ผู้ให้สัมภาษณ์รู้สึกที่บ้านทำอาหารไม่ค่อยเก่ง อาหารที่บ้านจะเป็นอาหารง่าย ๆ ถ้ามีโอกาสเจอญาติผู้ใหญ่ในช่วงวันงานสำคัญจะเป็นช่วงที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารการกินเพิ่มขึ้น เพราะในงานสำคัญจะมีอาหารและขนมที่หลากหลาย และมีการรวมตัวของผู้เชี่ยวชาญอาหารต่าง ๆ ปัจจุบันการช่วยกันทำอาหารในวันสำคัญเหลือน้อยแล้ว ใช้การจ้างทำหรือซื้ออาหารสำเร็จรูปแทน

ลุงสุบินอยู่ที่พิษณุโลก “ครอบครัวลุงไม่มีพี่น้องผู้หญิง ลุงเป็นลูกคนโต พ่อแม่ลุงทำนา พอโตลุงมีหน้าที่ทำกับข้าวไปส่งให้พ่อแม่ที่นา ลุงเรียนจากคุณแม่ทำ”

พี่น้อง ลูก ๆ ช่วยพ่อแม่ในกระบวนการทำอาหาร บ้านที่มีพี่สาว น้องอาจไม่ต้องปรุงอาหาร มีหน้าที่ช่วยเตรียม หรือไปทำหน้าที่อื่น แต่ถ้าพี่ต้องไปทำงานนอกบ้าน ทำนาทำสวน น้องต้องทำหน้าที่ปรุงอาหารไปให้พี่ วัฒนธรรมไทยเน้นการจัดลำดับความสำคัญของหน้าที่ พ่อแม่ทำหน้าที่สำคัญ คือ การหาเลี้ยงชีพ การทำนาทำสวน การค้าขาย การทำงานนอกบ้าน พ่อแม่จะมอบหมายให้ลูกทำอาหารเมื่อลูกโตพอ หรือให้ทำหน้าที่อื่น มีการแบ่งหน้าที่ในหมู่พี่น้อง เช่น การดูแลน้อง การดูแลสัตว์เลี้ยง สำหรับบ้านที่ไม่มีลูกสาวหรือมีน้องสาวที่ยังเล็ก พี่ชายจะรับผิดชอบดูแลเรื่องอาหารแทนพ่อแม่ และอาจทำมากขึ้นเมื่อต้องไปเรียนหนังสือต่างถิ่น ครอบครัวไทยส่วนใหญ่ไม่เข้มงวดกับลูกหลาน เด็ก ๆ สามารถไปเที่ยวเล่นกับเพื่อนโดยไม่ช่วยทำอาหารก็ได้ เช่น ป้าอู๊ดชอบเที่ยวเล่นชน ไม่ต้องทำอาหาร ป้าตุ้พี่สาวไม่ชอบเที่ยว อยู่บ้านช่วยแม่ป้าอู๊ดทำกับข้าว ป้ารัตนาก็ไปเที่ยวเล่นได้ ตายายทำให้ ต่อมาแม่ทำ ตอนนี้น้องและลูกหลานทำให้อาหาร

ป้าอู๊ด “ป้าไม่ช่วย แม่ก็ไม่ว่าอะไร ป้าชอบไปเล่นกับเพื่อน ไปทั่ว ไม่เหมือนป้าตุ้ ไม่ชอบไปไหน ป้าตุ้อยู่กับแม่ ได้จากแม่เยอะ”

ป้าประธานที่พิษณุโลก “พ่อแม่ตายแต่เด็ก พี่ ๆ เป็นคนเลี้ยงมา พี่สาวทำนาแทนพ่อแม่ ทำกับข้าวให้กิน พี่ไม่ให้ทำ เขาให้ไปเลี้ยงควาย ... ทำกับข้าวไม่เป็น ตอนนี้อู๊ดทำให้กิน”

ลุงจรัสพันธ์อยู่แถวบางกระบือ “อยู่กับบ้านน้องสาว ต้องช่วยแม่ทำกับข้าวด้วย”

สามี ภรรยา จะเป็นอีกคนที่กำหนดทิศทางของวัฒนธรรมการกิน

ป้าเล็กอยู่เขตพระนคร “ตอนสาว ๆ ป้าได้ลองกินมาสารพัด ที่ดี ๆ แพง ๆ ก็ได้ไป เมื่อแต่งงาน สามีรักมาก เขาจะกินอาหารที่ป้าทำ เขาจะพาป้าไปทุกที่ ป้าไปกินกับเขาด้วย”

ป้าพลูเติบโตมาอย่างคนไทยที่อยุธยา แต่งงานมาอยู่ที่ดาลี “ป้าเป็นลูกชานา พ่อแม่ขยันมาก ทำปลาร้า น้ำปลา กะปิเอง ทำน้ำมันจากปลาร้า ร้อย ทำนา มีปลาเยอะก็เอาไปขาย กินผักรอบบ้าน กินน้ำพริก หลน แกง ป้าชอบอาหารไทย พ่อแต่งงานกับคนจีน ไม่ค่อยได้ทำอาหารไทย”

ลูกหลาน รุ่นลูกหลานของผู้ให้สัมภาษณ์มีโอกาสในการเข้าถึงอาหารที่หลากหลายกว่ามาก การรับประทานอาหารต่างชาติในปัจจุบันเป็นเรื่องปกติ ส่วนใหญ่รุ่นหลานเป็นคนชวนพ่อแม่ปู่ย่าตายายให้ทดลองอาหารใหม่ ๆ ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ติดรสชาติอาหารไทย ไม่ชอบกลิ่นนมเนย ไม่กล้ากินปลาดิบ ดังนั้น ยังรับประทานอาหารต่างชาติได้ไม่มากนัก บ่อยครั้งที่เข้าไปนั่งดูในร้านอาหาร แต่ไม่ยอมลอง

ญาติ เพื่อนบ้าน บางบ้านมีญาติเป็นผู้ทำหน้าที่ทำอาหารแทนพ่อแม่ที่ออกไปทำงาน เด็ก ๆ จะได้เรียนรู้การทำอาหารจากญาติ ความสัมพันธ์กับเพื่อนบ้านอยู่ในรูปของการแบ่งปันและการร่วมกันทำอาหารในวันสำคัญ เมื่อมีผลผลิตได้มาก บางบ้านอาจทำอาหารเผื่อเพื่อนบ้าน นำไปวัด แจกเพื่อนบ้าน ที่ยากจนกว่า หรือให้ยืมเมื่อเพื่อนบ้านขาดแคลน การทำอาหารร่วมกันในวันสำคัญทำให้มีโอกาสแสดง

ฝีมือ ความเชี่ยวชาญ และเป็นการช่วยเหลือกัน ชวนทำอาหารร่วมกัน แบ่งควายกันไถ ช่วยกันปลูกข้าว และเก็บเกี่ยว งานที่ทำร่วมกันจะมีการทำอาหารเลี้ยงผู้มาช่วยงาน

พ่อค้าแม่ค้า การขายอาหารสมัยนั้นส่วนใหญ่อยู่ในรูปการขายเร่ โดยหาบไปขายที่ตลาด โรงเรียน ที่ทำงาน ในงานวัด ตามบ้านเรือน อาจพายเรือเร่ขายหรือไปกับริไฟ อาหารที่เป็นน้ำจะมีถ้วยชามใส่ มี แก้วเล็ก ๆ ให้นั่งกินตรงที่วางหาบ ผู้ที่นำอาหารเข้าไปกินในบ้านจะนำถ้วย ชาม หรือปิ่นโตออกมาใส่ อาหารเร่ในสมัยนั้นเป็นอาหารทั่วไป ไม่พิเศษแปลก มีเพียงบางอย่างที่เป็นอาหารทำยาก ไม่สะดวกในการ ทำที่บ้าน ร้านอาหารมีไม่มากนัก ผู้ขายจะต้องเป็นผู้ที่มีฝีมือจริง ไม่ตั้งร้านอาหารง่าย ๆ เหมือนคนปัจจุบัน

ตำราอาหาร ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนรู้จากตำราอาหาร ไม่ค่อยมีใครได้เรียนจากตำรา อาหารชาววัง ใช้การดูผู้อื่น แอบจดจำ หรือสอบถามมากกว่า

เวลา/วโรกาส

ทางการตลาดเวลาและวโรกาสจะเป็นปัจจัยที่สำคัญในการสร้างกิจกรรมมากระตุ้นให้ผู้บริโภคซื้อ ดังนั้น นักการตลาดจะต้องทราบว่า ผู้บริโภคกินตอนไหน อาหารประจำวันที่กินร่วมกับครอบครัว อาหาร พิเศษตามวโรกาสต่าง ๆ เกิดขึ้นตอนไหน มีปัจจัยใดที่กำหนดรูปแบบพฤติกรรมผู้บริโภค

การบริโภคประจำวัน ปกติคนไทยบริโภคอาหารสามมื้อ ช่วงเวลาไม่แน่นอน ชวนาชาวสวนจะ ตื่นไปทำงานแต่เช้ามืด จะพกอาหารที่ถูกเตรียมตั้งแต่เมื่อคืนวานไปเป็นอาหารเช้า บางบ้านจะมีคนทำ และนำไปส่งให้ที่หลัง ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่าน กล่าวว่า พ่อแม่ไปสวนไปนาทั้งคู่ เมื่อท่านโตพอจะเป็นผู้ทำ อาหารหรือทำหน้าที่ไปส่ง

นอกเหนือจากการอาหารประจำวันแล้ว การวิจัยพิจารณาความสำคัญของอาหารในวโรกาสอื่น ๆ ของชีวิตคนไทย เช่น การทำบุญตักบาตร งานในวโรกาสพิเศษ และงานวัด พบว่า อาหารในวโรกาสพิเศษ มีทั้งอาหารปกติทั่วไป และอาหารที่ทำขึ้นมาพิเศษ อาหารประเภทหลังก่อให้เกิดการสืบทอดวัฒนธรรม จากคนอื่น ๆ ในสังคมที่นอกเหนือจากคนในครอบครัว ทำให้สังคมมีความแน่นแฟ้นและวัฒนธรรมอาหาร ไทยมีความหลากหลาย

การทำบุญตักบาตร ถ้ามีพระสงฆ์ผ่านหน้าบ้าน คนพุทธรุ่นพ่อแม่ปู่ย่าตายายของผู้ให้สัมภาษณ์ จะตักบาตรทุกวัน ถ้าบ้านอยู่ห่างไกลอาจนำอาหารไปถวายที่วัด แต่ถ้าไม่สามารถตักบาตรได้ทุกวัน จะต้องไปวัดในวันพระ ในวันพระ จะมีการเตรียมอาหารไปถวายพระที่วัด แต่ไม่ใช่ที่สิ่งพิเศษแตกต่างจาก ที่เคยทำประจำวัน ชาวบ้านให้ความสำคัญกับการทำบุญมาก แต่ไม่ทำสิ่งที่เกิดวกำล้างของตนเอง ไม่มี การจัดเตรียมอาหารพิเศษที่จะทำให้ยุ่งยากเสียเวลา

งานในวโรกาสพิเศษ งานบวช งานแต่งงาน งานศพ งานประเพณี วันพระ ทุกงานมีความสัมพันธ์ กับอาหาร และอาหารถูกทำอย่างปราณีตกว่าปกติ มีรายการอาหารที่หลากหลายกว่า และอาหารบาง รายการมีเฉพาะบางงาน เช่น ขนมहुช้าง คนพระนครศรีอยุธยาทำในงานบุญเพื่อเป็นศิริมงคล ทำให้การ

เพาะปลูกได้ผลดี วิศวกรพิเศษยังสร้างโอกาสให้เกิดการเรียนรู้ เพราะผู้ที่เชี่ยวชาญในอาหารแต่ละประเภทจะแสดงฝีมือเต็มที่ในงาน ผู้ที่เป็นลูกมือมีโอกาสเรียนในสิ่งที่ตนเองยังทำไม่เป็น

งานวัด งานประจำปีที่วัดหรืองานเทศกาลเป็นแหล่งความบันเทิงของคนในสมัยก่อน ตอนเด็ก ผู้ให้สัมภาษณ์ไปเที่ยวกับครอบครัวหรือเพื่อน แม้ว่าจะอยู่ห่างไกลบ้านมาก ถ้าอยู่ใกล้กินข้าวเสร็จแล้วไปเที่ยว ถ้าอยู่ไกล พ่อแม่จะพกอาหารไปกินระหว่างทางหรือช่วงพัก ในงานวัดมีอาหารขาย แต่การซื้อกินมีน้อย อาจซื้อขนมเล็ก ๆ น้อย ๆ เช่น ถั่วต้ม มันต้ม ข้าวโพดคั่ว ข้าวเกรียบ ผลไม้เชื่อม ไอติมแท่ง แต่ส่วนใหญ่ไปเพื่อดูการละเล่น ไม่ค่อยใส่ใจเรื่องกิน สมัยนั้นต่างจังหวัดยังไม่มีไฟฟ้าตามทาง กรุงเทพฯ ก็มีไฟฟ้าบางจุด การเดินทางไปมืด ๆ กับเพื่อนก็ไม่รู้สึกกลัว รู้สึกว่าบ้านเมืองเมื่อก่อนปลอดภัยกว่า

ขั้นตอนการบริโภค

ในการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภค นักการตลาดต้องทำความเข้าใจตลอดกระบวนการบริโภค เพื่อเรียนรู้คุณค่าและสิ่งสนองคุณค่าที่เกิดตลอดทุกขั้นตอน ได้แก่ การแสวงหา การปรุงอาหาร การบริโภค และการเก็บรักษา

การแสวงหา สำหรับชาวบ้าน มีอาหารส่วนใหญ่ง่าย ๆ มีอาหารเกี่ยวข้องไม่มาก การค้นหาและการเตรียมการจึงไม่ซับซ้อน ไม่มีการหาตำรับอาหาร (จากหนังสือหรืออินเทอร์เน็ต) และต้องอ่านรายละเอียดของสิ่งที่ซื้อเหมือนคนในปัจจุบัน แต่กำหนดอาหารที่คนในครอบครัวต้องการกินสามารถเครื่องปรุงส่วนใหญ่จากธรรมชาติและตลาด เครื่องปรุงที่หายากบางอย่างจะซื้อเก็บไว้ คนไทยบริโภคอาหารพื้นบ้านเป็นหลัก จึงไม่ยุ่งยากในการแสวงหา ความเกรงกลัวต่อบาปทำให้ไม่ค่อยกล้าฆ่าสัตว์ เลี้ยงเป็ดไก่ เก็บไข่ไว้บริโภค หมูเนื้อเป็นอาหารที่นิยมรับประทาน จะซื้อบ้างถึงแม่ตลาดอยู่ห่างไกล การเลือกซื้ออาหาร แม้จะเป็นคนตัดสินใจ แม่อาจไปซื้อเองหรือสั่งให้ลูกไปซื้อแทน คนสมัยก่อนไม่ค่อยวุ่นวายเกี่ยวกับการกิน กินอยู่อย่างพอเพียง แทบไม่มีใครเป็นหนี้ ยากจนก็มีกินสามมื้อ ไม่ค่อยอดอยาก ชีวิตอาจลำบากในการทำงาน แต่มีความสุขดี การวิจัย พบว่า ครอบครัวที่ยากจนมากถึงขั้นไม่มีอะไรกิน ส่วนใหญ่เป็นครอบครัวที่กำพร้าพ่อหรือแม่ หรือทั้งสองท่าน

ลูกประยงค์ที่พระนครศรีอยุธยา “ไม่มีพ่อชีวิต ลำบากมาก บางทีก็ไม่มีกิน บ้านไม่ติดน้ำ ไม่ค่อยมีปลากิน ยกวันไปหาเอา บ้านไม่มีที่ ไม่ได้ปลูกอะไร ไปซื้อจากตลาดมาทำ แต่กระเพรา พริก สวนครัวเล็ก ๆ น้อย พวกนี้มีอยู่แล้ว”

การปรุงอาหาร ทุกครัวเรือนต้องทำอาหารเอง การปรุงอาหารส่วนใหญ่ไม่ทำครบสามมื้อ ทำวันละประมาณ 1-2 ครั้ง ตอนเช้าทำสำหรับมื้อเช้าและเที่ยง ตอนเย็นทำอีกครั้ง หรือทำอาหารเฉพาะตอนเย็นสำหรับอาหารทั้ง 3 มื้อ ไม่นิยมทำเก็บไว้นาน ๆ ยกเว้นอาหารบางประเภท แต่อย่างไรก็ดี ผู้ให้สัมภาษณ์กล่าวถึงการเรียนรู้จากแม่เรื่องการปรุงอาหารที่ชอบ วิธีการเตรียมเครื่องปรุง การปรุงให้มีรสชาติดี รวมทั้งการเก็บรักษาอาหารให้มีรสชาติดีต่อไปนาน ๆ ส่วนใหญ่แม่มีหน้าที่ทำอาหารในบ้าน โดยมีลูกเป็นผู้ช่วย แม่จะให้ลูกเป็นผู้ทำอาหาร เมื่อแม่ต้องทำงานนอกบ้าน แต่เมื่อเสร็จภารกิจนอกบ้านแล้ว

แม่จะเป็นผู้ทำอาหารจนกว่าลูกจะเป็นผู้ใหญ่ แม่บางคนโดยเฉพาะแม่ที่ทำอาหารเก่งมากไม่ชอบให้ลูกมายุ่งในครัว เพราะลูกทำให้งานช้า เสียเวลา

ป้ากรรณิการ์ที่บางลำภู “บ้านเล็ก ไม่มีที่ปลูก ไปซื้อจากตลาดยอดมาทำ อาหาร
สำเร็จรูปก็มีขาย มีแม่ค้าแถวหน้าซอย แต่มีไม่เยอะไม่ค่อยได้ซื้อ”

บทบาทของชาย-หญิงในการปรุงอาหาร การวิจัย พบว่า ในเรื่องนี้สังคมไทยมีความยืดหยุ่นสูงมาก การปรุงอาหารไม่ใช่หน้าที่คนใดคนหนึ่งโดยเฉพาะ ไม่มีการแบ่งว่าเพศหญิงทำอาหาร เพศชายทำงานนอกบ้าน หรือแม่ต้องสอนลูกทำอาหาร ทุกคนจะเกื้อกูลกัน ทำหน้าที่ตามความจำเป็น (ทำนา เลี้ยงสัตว์ เลี้ยงน่อง หาบน้ำ ทำความสะอาด ไปโรงเรียน ค่าขาย) และส่วนใหญ่ไม่มีการบังคับ เหตุผลของการทำอาหารเองของทั้งชายและหญิงอาจเกิดจากเหตุผลทางเศรษฐกิจ คือ การซื้ออาหารสำเร็จรูปมีต้นทุนที่แพงกว่า การเรียนรู้ในการปรุงอาหารเริ่มต้นจากการช่วยเหลือเตรียมเครื่องปรุง สังเกตจากสิ่งที่ผู้ใหญ่ทำ ส่วนใหญ่ไม่มีการสั่งสอนกันตรง ๆ พ่อแม่อาจให้ลูกทดลองทำ ช่วยชิม และเสนอแนะว่าควรปรับปรุงอย่างไร หรือให้ลองผิดลองถูกเอาเอง

ผู้ให้สัมภาษณ์หลายท่านกล่าวว่า พ่อ-ปู่-ตา-สามีทำอาหารอร่อยกว่า และผู้ให้สัมภาษณ์หญิงหลายท่านกล่าวว่า ไม่ชอบทำอาหาร แม่ไม่เคยบังคับให้ทำ โดยเฉพาะแม่ที่ทำอาหารเก่งมาก ชอบทำอาหารเอง เพราะมีความคล่องตัวมากกว่า

ป้ารัตน บานอยู่ตรอกเขียนนิวาสน์ บางลำพู เล่าว่า คุณตาคุณยายเป็นผู้ทำอาหาร ตอนที่ยังคุณตาจะถือปืนโตไปส่งให้ที่โรงเรียน คุณพ่อที่เป็นทหารเรือก็ทำอาหารเก่ง คุณแม่เริ่มทำอาหารหลังคุณตาคุณยายเสียชีวิตแล้ว คุณป้าไม่ชอบการทำอาหารจนบัดนี้

ป้าประสาน เกิดแถววัดอินทรี อำเภอมือง จังหวัดพิษณุโลก ครอบครัวยากจนมาก เพราะพ่อแม่เสียชีวิตตั้งแต่ยังเด็ก ป้าประสานมีพี่สาวจึงไม่ต้องทำกับข้าว ทำหน้าที่เลี้ยงควายอย่างเดียว เริ่มทำอาหารเมื่อแต่งงานแล้ว ต่อมาทำอาหารขายในตลาดใต้กับพี่สาว

ป้าอู๊ด บานอยู่แถววิสุทธิกษัตริย์ มีแม่เป็นชาวจีน ทำอาหารอร่อยมาก ป้าอู๊ดชอบเล่นสนุก ไม่ชอบทำอาหาร ต่างจากป้าตุ้ยผู้พี่ซึ่งกำพร้าแม่แต่เล็ก จึงรักและใกล้ชิดแม่ป้าอู๊ดมาก ทำให้มีความรู้ด้านอาหารมาก ลูกสาวป้าอู๊ดเคยแซวว่า ถ้าซื้อผลไม้มาทำบุญให้พ่อ แม่ต้องส่งมิดไปให้พ่อทำเอง

ลุงจรัสพันธ์ บานอยู่แถวบางกระบืออยู่กับน้องสาวก็ต้องทำอาหาร

ลุงประยงค์ที่พระนครศรีอยุธยา ทำอาหารเก่งกว่าภรรยา

ความยืดหยุ่นในครอบครัวไทยอาจทำให้ความขัดแย้งในเรื่องการทำอาหารมีน้อย แต่ส่งผลเสียคือ อาหารขาดการสืบทอด อาหารหลายอย่างหายไป หรือไม่สามารถทำให้อร่อยเหมือนบรรพบุรุษ

การบริโภค ครอบครัวไทยไม่เน้นเรื่องการกินพร้อมหน้าพร้อมตา พ่อแม่ไปทำงานแต่เช้า ลูกไปโรงเรียน ทำให้กินอาหารไม่พร้อมกัน พ่อแม่อาจนำอาหารกลางวันไปด้วยหรือกลับมากินที่บ้าน ถ้าอยู่ในเมือง ผู้บริโภคสามารถซื้ออาหารกินได้ง่าย อาหารเย็นจะมีโอกาสอยู่พร้อมหน้าพร้อมตาที่สุด แต่ก็ไม่มีข้อบังคับว่า ต้องรอกินพร้อมกัน ขึ้นอยู่กับความต้องการของพ่อแม่ เด็ก ๆ อาจไม่นำอาหารเที่ยงไปด้วยเมื่อไปโรงเรียน ดังนั้น เด็กจะรีบกลับบ้านมากินอาหารเย็นทันที อาหารมีในครัว เด็กสามารถหากินได้เอง

ตลอดเวลา ลุงเจนมีเชื้อสายจีน กล่าวว่า พ่อแม่สอนว่าต้องกินพร้อมหน้าพร้อมตากัน เพราะเป็นโอกาสได้สร้างความใกล้ชิดกัน แต่ผู้ที่มีเชื้อสายจีนท่านอื่น กล่าวว่า ไม่ใช่เรื่องสำคัญ ใครมีหน้าที่ต้องทำอะไรก็ไปทำ

การเก็บรักษา เนื่องจากไม่มีตู้เย็นในการเก็บรักษาอาหารไว้นาน ๆ อาหารส่วนใหญ่ทำเพื่อบริโภควันต่อวัน อาหารที่ปรุงแล้วจะใส่ตู้หรือครอบไว้รับประทานมือต่อไป อาหารสดมีมาก ผู้ที่อยู่ในชนบท บ้านมีบริเวณ สามารถหาอาหารได้จากรอบบ้าน ผู้ที่อยู่ในเมืองมีตลาดสด มีอาหารขายตอนเย็นให้ซื้อหาได้ ผู้บริโภคเก็บเฉพาะเครื่องปรุงแห้ง ๆ กระป๋อง ปลา ปลากระป๋อง ปลาแห้ง น้ำมันหมูเก็บไว้ไม่นานนักเพราะมีกลิ่นหืน ผู้บริโภคไม่นิยมถนอมอาหารพวกผัก ถ้าทำผักดอง จะบริโภคหมดภายในเวลาไม่นาน ผักดองบางอย่างทำเพื่อรับประทานหมดในวันเดียว เช่น ผักดองทำจากผักบุ้งลวก ใส่เกลือและน้ำมะนาวเพื่อให้มีรสเปรี้ยว แต่บางครั้งมีอาหารสดมาก ไม่มีตู้เย็นเหมือนในปัจจุบัน ต้องมีการถนอมอาหารให้น้ำจืดปลาได้มาก จะทำปลาร้า ปลาขี้ตัง ปลาแห้ง ปลาเค็ม แขนงไว้ในครัวเพื่อเอาไว้ใช้นาน ๆ หรืออัดใส่ไหแน่น ๆ ปิดด้วยขี้ควาย เพื่อป้องกันไม่มอดแมลงกัดกิน เนื้อหมูไปซื้อที่ตลาดนาน ๆ ครั้ง จะรวนเค็มเอาไว้

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยตลาดครั้งนี้ใช้แนวคิดการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคเพื่อศึกษาวัฒนธรรมอาหารไทยภาคกลางก่อนปีพ.ศ. 2498 เพื่ออธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับอาหารไทยแท้และอิทธิพลของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติต่อผู้สูงอายุในมิติต่าง ๆ ได้แก่ ลักษณะผู้บริโภค เหตุผลในการบริโภค ลักษณะอาหาร สถานที่ ผู้มีส่วนร่วมในการสร้างวัฒนธรรมอาหาร เวลา/โอกาส และขั้นตอนการบริโภค

สรุปผลการวิจัย

การสรุปผลวิจัยแบ่งเป็น 2 ส่วน ส่วนแรก คือ การตอบคำถามการวิจัย และส่วนที่ 2 คือ การอธิบายจุดเด่นของพฤติกรรมผู้บริโภคอาหารภาคกลาง ซึ่งสามารถแสดงให้เห็นในภาพที่ 5.1

การวิจัยครั้งนี้ตั้งคำถามว่า “วัฒนธรรมอาหารของคนไทยภาคกลางก่อนการแพร่หลายของวัฒนธรรมอาหารต่างชาติเป็นอย่างไร และการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติก่อนปีพ.ศ. 2498 มีหรือไม่ อย่างไร” ซึ่งผลการวิจัยสรุปว่า

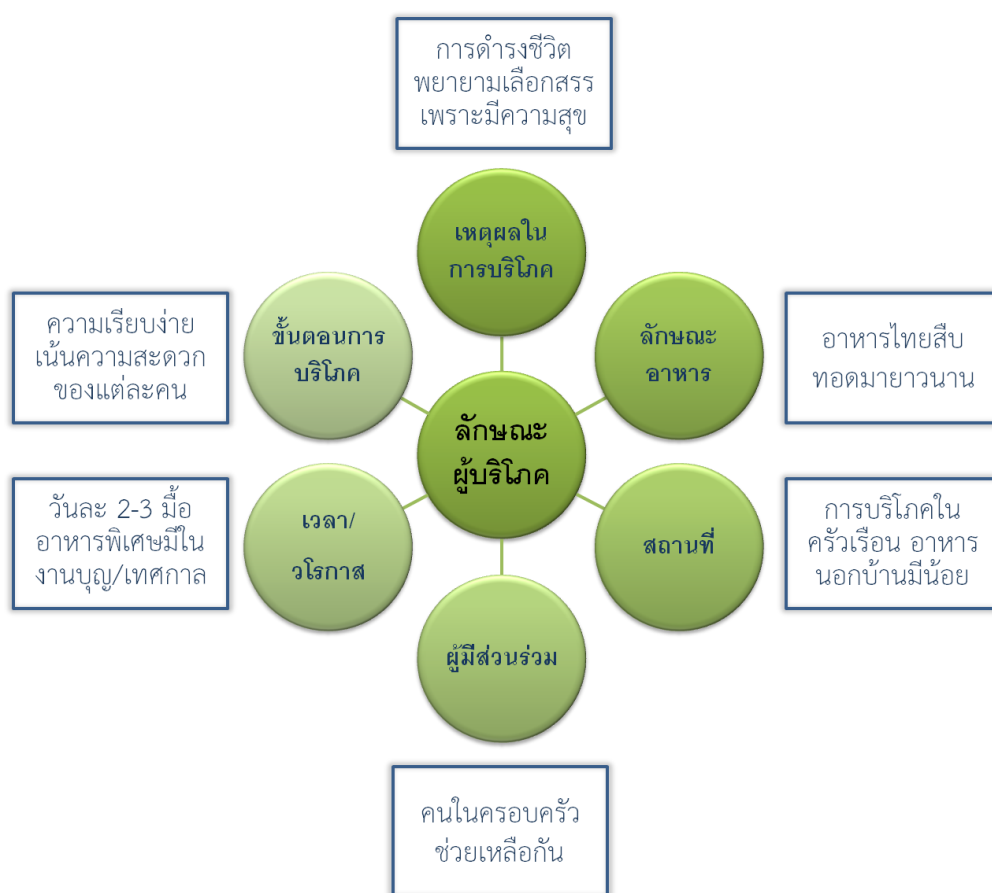
อาหารไทยที่ผู้ให้สัมภาษณ์บริโภคก่อนปีพ.ศ. 2498 เป็นอาหารที่สืบทอดมาตั้งแต่โบราณ พ่อแม่ปู่ย่าตายายใช้เลี้ยงดูบุตรหลาน และผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดความรู้ วิธีการปรุงการบริโภคแก่ลูกหลานต่อไป รูปแบบและรสชาติอาหารในอดีตไม่แตกต่างจากปัจจุบันมากนัก แต่พืชผักอาหารตามธรรมชาติในท้องถิ่นมีอุดมสมบูรณ์หลากหลายมากกว่า ธรรมชาติสะอาดบริสุทธิ์ ทำให้ไม่ต้องระมัดระวังการบริโภคสารเคมี เนื่องจากส่วนผสมจากท้องถิ่นและเครื่องปรุงแต่งรสชาติมีให้เลือกน้อยและหาซื้อยาก ลักษณะอาหารในอดีตจึงไม่เปลี่ยนแปลงมากนัก สามารถสืบทอดจนถึงรุ่นของผู้ให้สัมภาษณ์ นอกจากนี้ คนไทยในอดีตปรุงอาหารรับประทานในครัวเรือนมากกว่า เด็ก ๆ ไม่สามารถเลือกรับประทานตามใจชอบ และผู้ให้สัมภาษณ์มีประสบการณ์อาหารนอกบ้านไม่มากนัก เพราะอาหารสำเร็จรูปและการไปรับประทานอาหารนอกบ้านมีน้อยมาก ทำให้วัฒนธรรมอาหารไทยสามารถสืบทอดจากรุ่นพ่อแม่ปู่ย่าตายายมายังรุ่นลูกหลาน

อาหารของคนภาคกลาง คือ ข้าวเจ้า น้ำพริก ผัก แกง และปลา น้ำพริกมีหลากหลายรูปแบบ ใช้ผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวหลายอย่าง พืชผักสะอาด ไม่มียาฆ่าแมลง ปลาน้ำจืดบริโภคมากกว่าปลาทะเล อาหารต้มมีมาก อาหารผัดจะมีมากกว่าอาหารทอด อาหารของคนกรุงเทพฯ จะมีความหลากหลายกว่า เนื่องจากมีอาหารสด เครื่องปรุงจากทุกภาคและจากต่างประเทศ ในพื้นที่ต่าง ๆ อาหารอาจมีชื่อเดียวกันแต่ลักษณะแตกต่างหรือมีชื่อแตกต่างแต่เป็นอาหารแบบเดียวกัน สำหรับการทำขนมและอาหารว่างเกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง และซื้อขนมที่ทำยาก อาหารส่วนใหญ่ตั้งชื่อตามลักษณะอาหารหรือเพื่อให้เป็นมงคล

แม่เป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในการกำหนดวัฒนธรรมอาหาร ถึงแม้หน้าที่การปรุงอาหารไม่มีการกำหนดตายตัวว่า ลูกสาวต้องเป็นผู้ทำอาหาร แต่แม่จะเป็นผู้กำหนดว่า ใครควรทำอะไร เพื่อให้งานในบ้านสำเร็จด้วยดี ความรับผิดชอบเรื่องอาหารอาจเป็นของแม่แต่ผู้เดียวจนกระทั่งลูกเป็นผู้ใหญ่

คนสมัยก่อนยึดมั่นในพระพุทธศาสนามาก ต้องตักบาตร ต้องไปวัดฟังธรรมในวันพระ คนในชุมชนร่วมมือกันทำอาหารในงานประจำปี ไม่นิยมทำอาหารที่ต้องฆ่าสัตว์ และใช้ชีวิตสมถะ ไม่ก่อหนี้สิน

อาหารต่างชาติและอาหารข้ามวัฒนธรรมมีมานานแล้ว แต่บางอย่างผู้ให้สัมภาษณ์ไม่คุ้นเคยหรือไม่แน่ใจว่าเคยรับประทานตอนเด็ก ๆ เพราะบรรพบุรุษไม่รับประทาน หาชื้อยาก และไม่มีเงินซื้อ เมื่อโตขึ้น มีเงิน และมีโอกาสรู้จักอาหารต่างชาติมากขึ้น แต่ส่วนใหญ่ติดในรสชาติอาหารไทย เมื่อเป็นผู้สูงอายุแล้ว ไม่อยากลองอาหารแปลก ๆ ปัจจุบัน ผู้ให้สัมภาษณ์รู้จักอาหารต่างชาติผ่านการแนะนำลูกหลาน โดยเฉพาะรุ่นหลานชอบอาหารต่างชาติหลายอย่าง นิยมพาไปรับประทานตามห้างสรรพสินค้า ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่ไม่ชอบอาหารต่างชาติ หลายคนปฏิเสธโดยสิ้นเชิง



ภาพที่ 5.1 สรุปสาระสำคัญของผลการวิจัย

การทำความเข้าใจวัฒนธรรมอาหารและพฤติกรรมการบริโภคของคนไทยภาคกลางต้องมีความเข้าใจปัจจัยที่ส่งผลต่อความแตกต่างทางวัฒนธรรมอาหาร ได้แก่ เพศ ศาสนา บทบาททางสังคม ฐานะเศรษฐกิจ และความเชื่อทางศาสนา การวิจัย พบว่า อาหารสร้างความเชื่อมโยงระหว่างบุคคลน้อย ชายหญิงสามารถช่วยกันทำหน้าที่ในการเลือกสรร การซื้อหา การปรุง และการร่วมรับประทานอาหารอย่างสนุกสนานเพลิดเพลิน คนต่างศาสนาสามารถชื่นชอบและเติบโตจากอาหารประเภทเดียวกัน และไม่ว่าจะมีบทบาท สถานภาพ หรือฐานะใดทุกคนสามารถเลือกอาหารที่ทำให้มีความสุข แม้กระทั่งผู้ให้สัมภาษณ์ที่มาจากครอบครัวที่มีสถานภาพทางสังคมและฐานะทางเศรษฐกิจดี ส่วนใหญ่มีความต้องการไม่ซับซ้อน ไม่เลือกรับประทาน ไม่ค่อยแสวงหาอาหารแปลก ๆ ค้นเคยกับการกินอยู่ง่าย ๆ ใช้ชีวิตอย่างสมถะ เด็ก ๆ จะไม่ปฏิเสธสิ่งที่พ่อแม่ปู่ย่าตายายทำให้รับประทาน พ่อแม่ถึงแม้ยากจน จะพยายามทำอาหารสำหรับเด็ก เช่น อาหารจืด ๆ เพื่อให้เด็กรับประทานได้ง่าย การเรียนรู้การทำอาหารเกิดจากการจดจำจากผู้ใหญ่ ไม่

ค่อยมีการสอนตรง ๆ เด็กลองทำและสอบถามขอคำแนะนำคำติชมจากแม่ ลูกหลานส่วนใหญ่เริ่มต้นจากการช่วยเหลือในครัว รับหน้าที่แทนเมื่อจำเป็น และสามารถเล่นสนุกโดยไม่ช่วยได้

ลักษณะอาหาร อาหารไทยที่ผู้ให้สัมภาษณ์บริโภคเป็นอาหารที่บรรพบุรุษทำสืบทอดกันมา ผู้ที่เป็นลูกหลานผู้อพยพจากประเทศอื่นมีการปรับวิถีการบริโภคให้เหมาะสมกับสถานการณ์ คนกลุ่มนี้ในรุ่นที่สองขึ้นชอบอาหารไทย อาหารไทยในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดมีความแตกต่างกันบ้าง คนกรุงเทพฯ มีรูปแบบอาหารให้เลือกมากกว่า แต่พืชผักตามธรรมชาติมีให้เลือกน้อย อาหารซื้อที่ตลาดและร้านค้าเป็นหลัก คนต่างจังหวัดมีโอกาสแสวงหาอาหารจากพืชผลการเกษตรและจากธรรมชาติ และมีอาหารพิเศษที่ซื้อจากพ่อค้าเร่ จากตลาดในตัวเมือง และเมื่อร่วมงานบุญหรืองานเทศกาลประจำปี ประเภท รูปแบบและรสชาติอาหารในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดคล้ายคลึงกัน ความแตกต่างขึ้นอยู่กับคนในครอบครัวและวัตถุดิบและความนิยมของท้องถิ่น เช่น คนเพชรบุรี เมืองน้ำตาล อาหารมีรสหวานน้ำ เนื่องจากมีอาหารอุดมสมบูรณ์จากหลายแหล่ง รสชาติอาหารเพชรบุรีจะเข้มข้น

อาหารบางอย่างขาดหายไป อาหารที่ถูกพูดถึงมากที่สุด คือ “ต้มเค็ม” อาหารง่าย ๆ ของคนไทยที่ถูกพูดถึงมากกว่า “ต้มยำ” และอาหารประจำภาคกลางที่ไม่ได้รับแนะนำเท่าที่ควร คือ “ปลาร้า” ทั้ง ๆ ที่เป็นอาหารที่เกิดจากความอุดมสมบูรณ์ของที่ราบลุ่มภาคกลาง

อาหารจากวัฒนธรรมต่างชาติที่น่าสนใจที่สุด คือ “ขนมปัง” อาหารที่อยู่ในสังคมไทยมาหลายร้อยปี คนภาคกลางไม่ปลูกข้าวสาลี ไม่มีการทำขนมปังตามบ้าน แต่รู้จักมากกว่าข้าวหมกไก่ ขนมจีบ ซาลาเปา และมีวิธีการบริโภคขนมปังแบบคนไทย เช่น กินขนมปังหั่นท่อนโรลโลกจืด ๆ กินเปล่า ๆ เป็นขนมจิ้มนมข้นหวาน ใส่ในน้ำแข็งไส และขนมปังปิ้งทาเนยโรยน้ำตาล คนกรุงเทพฯ บางคนพูดถึงแซนวิช แฮมเบอร์เกอร์ หรือการรับประทานกับแฮม ไส้กรอก และถึงแม้รู้จักแซนวิช ก็เติบโตมากับขนมปังเปล่า ๆ

ครอบครัวที่พ่อแม่มีภาระมากส่วนใหญ่ไม่มีเวลาทำอาหาร อาหารในบ้านจะมีรูปแบบง่าย ๆ และมีการซื้ออาหารสำเร็จรูปมาบริโภคมากกว่าครอบครัวทั่วไปซึ่งในยุคนี้ส่วนใหญ่ทำอาหารที่บ้าน

ตารางที่ 5.1 สรุพอาหารไทยและอาหารจากวัฒนธรรมต่างชาติ

	อาหารไทยภาคกลาง	อาหารต่างชาติ
อาหารตามธรรมชาติ	ข้าวเจ้า ปลา หมู ผัก ผลไม้ ไข่ กุ้ง ปู อาหารป่าประเภทพืชมากกว่าเนื้อสัตว์ สัตว์น้ำจืดมากกว่าสัตว์บกและทะเล	นม เครื่องเทศ แครอท
กับข้าวและอาหารแปรรูป	น้ำพริก ปลาแห้ง น้ำปลา ปลาร้า ปลาเค็ม แกง ต้มจืด ต้มเค็ม ต้มยำ	เนย แฮม ไส้กรอก พืชเช่า แซนวิช แฮมเบอร์เกอร์ อาหารเครื่องเทศ
ขนม และของว่าง	ขนมต้ม (ถั่ว มัน) ตมน้ำตาล (ถั่วเขียว) บวด (กล้วย) นึ่ง เชื่อม ปิ้ง กวน ทอด	ขนมปังหัวกระโหลก ขนมปังกรอบ ขนมในร้านของคนจีน ขนมเค้ก ปาท่องโก๋
วิธีการปรุงอาหาร	หุง ต้ม ตำ โขลก ย่าง ผัด ลวก เจียว ยำ นึ่ง ปิ้ง เผา ทอด	ผู้ให้สัมภาษณ์น้อยรายทำอาหารต่างชาติรับประทานที่บ้าน
วิธีการบริโภค	ข้าวสวยกับกับข้าว	ตามตำราหรือตามที่ร้านอาหารจัดให้
อาหารจากวัฒนธรรมต่างชาติที่คิดว่าเป็นไทย		ก๋วยเตี๋ยว ทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง
อาหารจากวัฒนธรรมต่างชาติที่บริโภคแบบไทย		ขนมปัง นมข้นหวาน

ที่มา: สรุปรจากการสัมภาษณ์ โดยเรียงลำดับตามความบ่อยของการพูดถึง ดังนั้น จะไม่ครบตามตำรา

เหตุผลในการบริโภค คนไทยในสมัยก่อนกินอยู่อย่างสมถะ บริโภคอาหารเพื่อการดำรงชีวิต มากกว่าเพื่อสรรหาของอร่อยมาทำให้เกิดเพลิดเพลินแบบคนปัจจุบัน คนโบราณกินเพื่อยู่มากกว่าอยู่เพื่อกิน วันทำงานบริโภคอาหารง่าย ๆ เพื่อความสะดวกทั้งผู้ทำและผู้กิน แต่ไม่ได้หมายความว่า กินอะไรก็ได้ ไม่ต้องรู้รส อาหารที่ทำคืออาหารที่ชอบ มีรสชาติอร่อยเพื่อให้ครอบครัวมีความสุข นอกจากนี้ คนไทยยังใช้อาหารในการเชื่อมความสัมพันธ์กับคนในสังคม โดยเฉพาะในช่วงงานบุญและเทศกาล และอาหารเป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการดูแลพระศาสนา

สถานที่ การแสวงหาอาหารค่อนข้างสะดวก สามารถหาอาหารสดจากรอบ ๆ บ้าน เพราะความอุดมสมบูรณ์ในสมัยนั้นมีมากกว่า สามารถซื้อจากร้านหรือตลาดใกล้ ๆ พ่อค้าแม่ค้าเริ่มในหลายพื้นที่ที่การคมนาคมสะดวก แต่ขายเพียงบางช่วงเวลา ร้านอาหารมีบ้างตามศูนย์กลางของเมือง แต่ไม่มากนัก ถึงแม้ไม่มีอาหารขาย คนสมัยก่อนเห็นคุณค่าและคุ้นเคยกับการทำอาหาร การปรุงอาหารเพื่อรับประทานในครัวเรือนจึงมีมากกว่าการซื้ออาหารสำเร็จรูปมารับประทาน ซึ่งพ่อแม่อาจซื้อให้กินบางครั้งเป็นอาหารพิเศษ แม้กระทั่งเมื่อเดินทางไกล คนนิยมนำอาหารพกติดตัวไปด้วยมากกว่าซื้ออาหารรับประทาน

ผู้มีส่วนร่วมในการสร้างวัฒนธรรมอาหาร คนในครอบครัวเป็นกลุ่มสำคัญที่ก่อให้เกิดการถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหาร แม่หรือญาติผู้ใหญ่ฝ่ายหญิงจะถ่ายทอดความรู้และกำหนดหน้าที่ให้ทำแต่ไม่บังคับ เน้นการช่วยเหลือกัน ทั้งหน้าที่แสวงหาและปรุงอาหาร ไม่มีการแบ่งแยกชายหญิง เด็ก ๆ เรียนรู้การทำอาหารจากการสังเกตผู้ใหญ่ ไม่ค่อยมีการสั่งสอนตรง ๆ การวิจัยแสดงให้เห็นว่า แม่ไทยออกไปทำงานนอกบ้านมาก โดยเฉพาะเกษตรกรส่วนใหญ่ขยันขันแข็ง มีงานทำต่อเนื่องตลอดเวลา คนในบ้านจึงต้องช่วยกันทำอาหารและช่วยงานบ้าน

เวลา/วโรกาส คนไทยรับประทานวันละ 2-3 มื้อ อาหารที่บ้านเป็นอาหารง่าย ๆ อาหารพิเศษมีในงานบุญหรือเทศกาลประจำปี การทำอาหารส่วนใหญ่ไม่ทำทุกมื้อ ดังนั้น จะทำไว้มากพอสำหรับมื้อต่อไป คนในบ้านสามารถเข้ามาในครัว หาอาหารกินได้ตลอดเวลา เพราะแต่ละคนมีภาระหน้าที่แตกต่างกัน ทำให้ไม่ค่อยบังคับว่า จะต้องรับประทานพร้อมหน้ากัน คนรุ่นพ่อแม่ปู่ย่าตายายของผู้ให้สัมภาษณ์จะยึดมั่นต่อศาสนามาก มีอาหารสำหรับพระสงฆ์ทุกวัน และนำอาหารไปที่วัดในวันพระ แต่ผู้ให้สัมภาษณ์ไม่สามารถปฏิบัติเป็นประจำเหมือนบรรพบุรุษ

ขั้นตอนการบริโภค คนไทยทั่วไปเน้นความเรียบง่ายและความสะดวกของสมาชิกในครอบครัว การดูแลเรื่องอาหารการกินจะเกิดจากความพยายามช่วยเหลือของคนในครอบครัว มีการทำหน้าที่ทดแทนกันเมื่อจำเป็น ดังนั้น การเสาะหา ปรุงอาหาร และทำความสะอาดจะพยายามทำให้ง่าย สิ่งที่บริโภคหาได้จากรอบ ๆ บ้าน ตลาดในบริเวณใกล้เคียง ไม่จำเป็นต้องเสาะแสวงหาจากที่ไกล ๆ สำหรับการปรุงอาหาร ถ้าผู้ใหญ่ไม่ว่าง เด็กถูกสอนให้ทำหน้าที่แทน พ่อ พี่สาว พี่ชายสามารถทำอาหารแทนแม่ได้ ถ้าแม่ไม่มีเวลาทำให้เห็นเป็นตัวอย่าง ครอบครัวนั้นจะบริโภคอาหารง่าย ๆ รูปแบบซ้ำ ๆ อาหารบางอย่างสามารถเก็บไว้สำหรับมื้อถัดไป ดังนั้น จะทำอาหารเพียงบางมื้อ เนื่องจากอาหารส่วนใหญ่เก็บได้ไม่นาน และการซื้ออาหารรับประทานมีน้อย การทำอาหารในอดีตบ่งบอกว่าในปัจจุบัน

การอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยให้ความสำคัญกับวัฒนธรรมอาหารและพฤติกรรมการบริโภคของคนไทยภาคกลางในอดีต เพื่อทำความเข้าใจสิ่งที่มีคุณค่า สิ่งที่ต้องรักษาไว้ และสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไป คนไทยมีความรักและภูมิใจในอาหารไทยที่มีมาตั้งแต่โบราณ วัฒนธรรมอาหารไทยเกิดจากการสืบทอดสิ่งที่บรรพบุรุษสั่งสอน โดยส่วนใหญ่ไม่ทราบว่าเริ่มต้นตั้งแต่เมื่อไร ประกอบกับสิ่งที่เรียนรู้เพิ่มเติมจากประสบการณ์ชีวิตจะเป็นสิ่งที่ถ่ายทอดไปยังรุ่นต่อ ๆ ไป ผู้ให้สัมภาษณ์เติบโตขึ้นมาในยุคที่การเปลี่ยนแปลงในวัฒนธรรมอาหารมีน้อย เพราะอิทธิพลจากวัฒนธรรมใหม่ ๆ ยังไม่แพร่หลาย ดังนั้น วัฒนธรรมอาหารที่คนรุ่นนี้สั่งสอนอบรมบุตรหลานถือได้ว่าเป็นวัฒนธรรมอาหารไทยแท้ แต่วัฒนธรรมอาหารไทยไม่ใช่แค่เรื่องอาหาร ซึ่งสามารถเรียนรู้ได้จากตำรับในอินเทอร์เน็ตหรือรายการทำอาหารในโทรทัศน์ แต่วัฒนธรรมเกิดจากการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง หรือพัฒนาขึ้นเพื่อความเจริญของงานของวิถีชีวิตในสังคมส่วนรวม (อนุমানราชธน, 2515) วัฒนธรรมอาหารไทยจึงต้องมีเรื่องราวของชีวิตคนไทยและสิ่งที่คนไทยให้ความสำคัญ

อาหารไทยแท้และความรักในอาหารไทย

อาหารไทยสืบทอดต่อกันมายาวนาน ผู้ให้สัมภาษณ์พูดถึงอาหารหลายอย่างที่มีหลักฐานมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยาและต้นกรุงรัตนโกสินทร์ เช่น ข้าว น้ำพริก ปลา น้ำปลา ผัก ผลไม้ ขนมหวาน ทั้งในหลักฐานไทย (ชาญวิทย์ เกษตรศิริ, 2546; ประชุมกาพย์เห่เรือบริบูรณ์, 2472) และต่างประเทศ (เดอลาลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548; ฌ็อง-บัติสต์ ปาลเลกัวซ์ (Jean-Batiste Pallegoix), 2552; บาดหลวงเดอ ชัวซี (de Choisy), 2550) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเรื่อง “กินข้าวกินปลา” มีหลักฐานในศิลาจารึกหลักที่ 1 สมัยกรุงสุโขทัย องค์ความรู้สำคัญจากการวิจัยนี้ คือ ความเข้าใจในสิ่งที่คนภาคกลางสืบทอดกันมาและความเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้นที่จะสร้างผลกระทบต่อวัฒนธรรมอาหารไทย การเปลี่ยนแปลงของอาหารไทยเกิดขึ้นอย่างเห็นได้ชัดในยุคปัจจุบัน ในช่วง 20-30 ปี เกิดจากอาหารต่างชาติ ทั้งเครื่องปรุง อาหารสำเร็จรูปและร้านอาหารมีเพิ่มมากขึ้น การสัมภาษณ์ทำให้ทราบว่ารุ่นลูกของผู้ให้สัมภาษณ์ได้รับอิทธิพลจากอาหารต่างชาติไม่เท่ารุ่นหลาน ดังนั้น อาหารไทยแท้แต่โบราณยังคงอยู่ในสังคมไทย สามารถเรียนรู้ และสืบทอดต่อไปได้ ถ้ามีการให้ความรู้อย่างถูกต้องประกอบกับการรณรงค์ให้เกิดความภาคภูมิใจในอาหารไทย นอกจากนี้ องค์ความรู้ที่ได้สามารถนำมาใช้ในการประชาสัมพันธ์เพื่อดึงดูดนักท่องเที่ยวต่างชาติที่สนใจการท่องเที่ยวอาหารให้มาลิ้มลองอาหารไทยแท้ได้อย่างมั่นใจ พร้อมทั้งให้การแนะนำนักท่องเที่ยวให้หลีกเลี่ยงหรือเข้าใจความแตกต่างของลักษณะอาหารไทยแท้ ไทยประยุกต์ที่พบได้ง่ายในสถานที่ เช่น ร้านอาหารในเมืองหรือห้างสรรพสินค้า

การวิจัยยังพบว่า อาหารที่พ่อแม่ใช้เลี้ยงดู ปู่ย่าตายายแนะนำสั่งสอนให้บริโภคมาตั้งแต่ยังเด็ก ถือเป็นอาหารที่มีคุณค่าและมีแนวโน้มที่จะบริโภคต่อไปตลอดชีวิต ผู้บริโภคขอบรรพชาติที่คุ้นเคยและรักในความทรงจำที่เกี่ยวกับความผูกพันในครอบครัวและสังคมใกล้ชิด ดังนั้น ในการธำรงรักษาอาหารไทยที่สืบทอดมาตั้งแต่สมัยสุโขทัยให้คงอยู่ต่อไปอีกยาวนาน ประเทศไทยต้องรักษาสภาพแวดล้อมให้มีอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ มีใช้นั้นเฉพาะการสร้างเสริมความเจริญทางเกษตรกรรม และต้องมีการถ่ายทอดความรักในอาหารไทยตั้งแต่ยังเด็ก ถ้าเด็กไทยเติบโตกับอาหารชาติอื่นเป็นส่วนใหญ่ อาหารไทยจะเปลี่ยนแปลงรวดเร็ว และทำให้เอกลักษณ์ของอาหารไทยเจือจางลง ผู้ให้สัมภาษณ์ส่วนใหญ่พูดถึงสัญญาณของการเปลี่ยนแปลง โดยกล่าวว่าเด็กรุ่นหลานชอบเรียกร้องให้ไปร้านอาหารต่างชาติ ในปัจจุบันประเทศไทยมีปัญหาโรคอ้วนรุนแรงขึ้น มีการบริโภคน้ำตาล ไขมัน และสารปรุงแต่งมาก อีกทั้งได้รับสารพิษจากการ

เพาะปลูกและการผลิตมากขึ้น ซึ่งส่งผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาว รัฐบาลควรให้ความสำคัญกับการรณรงค์ให้พ่อแม่เลือกสรรอาหารสำหรับเด็ก ไปพร้อมกับการแสดงให้เห็นคุณค่าของวัฒนธรรมอาหารไทย และต้องใช้แนวทางการรณรงค์ที่เหมาะสม เพราะผู้ผลิตอาหารต่างชาติทำกิจกรรมทางการตลาดที่ดึงดูดใจเด็กได้ดี

การรณรงค์ให้คนไทยรักษาอาหารไทยแท้ อาจทำไม่ยากนัก เพราะคนไทยรักในอาหารไทย เพราะทราบซึ่งถึงคุณประโยชน์ที่มีอยู่ และใช้เป็นสื่อในการถ่ายทอดความรักแก่คนในครอบครัวและคนใกล้ชิด คนไทยภาคภูมิใจที่คนทั่วโลกชื่นชม และพยายามแสดงคุณค่าของอาหารไทยในมิติต่าง ๆ (ศีกฤทธิ์ ปราโมช, 2535; ประยูร อุลุชาฎะ, 2542; สุมล ว่องวงศ์ศรี, 2557)

การยอมรับอาหารต่างชาติ

การวิจัย พบว่า อาหารต่างชาติอยู่ในสังคมไทยมายาวนาน หลักฐานมาตั้งแต่สมัยกรุงศรีอยุธยา บันทึกว่าสังคมไทยเป็นสังคมนานาชาติ (วินัย พงศ์ศรีเพียร, 2551) และอาหารที่มาจากวัฒนธรรมต่างชาติ ไม่ว่าจะเป็นทองหยิบ ทองหยอด ฝอยทอง (โปรตุเกส) มัสมัน (อินเดีย) และก้วยเตี่ยว (จีน) กลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมไทย ซึ่งหลักฐานจากสมัยนั้นจะมีหรือไม่ก็ตาม ผู้ให้สัมภาษณ์ก็ยืนยันว่า อาหารและขนมเหล่านั้นเป็นของไทย ถึงแม้มีหลักฐานว่า คนจีน คนอินเดีย คนเปอร์เซีย และคนตะวันตกเข้ามาในประเทศไทยนานแล้ว ลาลูแบร์ (2548) ก็บันทึกว่า มีอาหารจีนถึง 30 อย่างในงานเลี้ยงต้อนรับคณะทูตและบาทหลวงเดอ ชัวซีย์ (2550) บันทึกอาหารต่างชาติอีกหลายอย่าง แต่ผู้ให้สัมภาษณ์กลับรู้จักอาหารของชนชาติเหล่านั้นเพียงจำกัด ทำให้มีข้อสันนิษฐานหลายอย่าง เช่น 1) อาหารไทยสืบทอดผ่านอาหารในครัวเรือน อาหารใดที่ไม่มีเครื่องปรุงและไม่มีผู้สอนอาจไม่มีโอกาสเรียนรู้ อาหารจีนที่ลาลูแบร์ได้เห็นอยู่ในพระราชวัง ปรุงโดยผู้เชี่ยวชาญ และใช้เครื่องปรุงพิเศษที่อาจไม่แพร่หลายมายังคนทั่วไป 2) การทดลองอาหารใหม่ ๆ เริ่มต้นจากร้านอาหาร ถ้าอาหารบางชนิดทำยากและขาดแคลนเครื่องปรุงหรือสิ่งทดแทนโอกาสทดลองจะมีน้อย 3) เครื่องปรุงทดแทนและอุปกรณ์แบบไทยทำให้อาหารเปลี่ยนแปลงจนไม่เหลือร่องรอยเดิม การทำคัสตาร์ดด้วยกะทิและน้ำตาลมะพร้าวจะกลายเป็นสังขยาหรือหม้อแกง 4) ผู้อพยพเข้ามาเป็นส่วนน้อย ไม่สามารถรักษาวัฒนธรรมเอาไว้ ทำให้หายไปจากเมืองไทย 5) การยอมรับวัฒนธรรมอาหารอาจเกิดขึ้นเป็นส่วน ๆ เห็นได้ว่าคนไทยใช้เครื่องปรุงของจีนหลายอย่าง เช่น ในหมี่กรอบมีเต้าเจี้ยว เส้นหมี่ และเต้าหู้ 6) อาหารต่างชาติกลายเป็นอาหารไทยจนแยกไม่ออก หรือ 7) ผู้วิจัยยังหาหลักฐานไม่เพียงพอที่จะสรุปว่า ผู้ให้สัมภาษณ์มีความรู้เกี่ยวกับอาหารต่างชาติมากเพียงใด

หลักฐานในยุคใกล้ปัจจุบันแสดงให้เห็นการยอมรับวัฒนธรรมอาหารต่างชาติอย่างชัดเจน (เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, 2545; โรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม, 2511; กิตินัดดา กิตติยากร, 2507; พลศรี คชาชีวะ, 2518) แต่การยอมรับอยู่ในรูปของการประสานวัฒนธรรมหรือการปรับให้เข้ากับวิถีชีวิตแบบไทย เช่น ข้าวผัดแฮม ข้าวผัดกุนเชียง ผู้ให้สัมภาษณ์เองก็มีการบริโภคอาหารจากต่างวัฒนธรรมแบบไทย เช่น ขนมปังทาน้ำพริกเผา ก้วยเตี่ยวกินกับข้าว เนื่องจากอาหารต่างชาติที่เข้ามาแพร่หลายในสังคมไทยในระยะหลังยังคงความเป็นอาหารต่างชาติอย่างชัดเจนจึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุไม่นิยมรับประทาน นอกเหนือจากความไม่คุ้นเคยในรสชาติและไม่กล้าลองอะไรใหม่ ๆ

แม่เป็นผู้กำหนดวัฒนธรรมอาหาร ผู้หญิงทำงาน ขาวนาขยันขันแข็ง และคนไทยรู้จักค้าขาย

ในวรรณคดีขุนช้างขุนแผน นางทองประศรี มารดาของขุนแผนแสดงให้เห็นถึงทั้งบทบาทของแม่ย่า และผู้ที่มีความรู้ทั้งการบ้านการเรือนและกิจการงานนอกบ้าน นางทองประศรีสามารถดูแลบ้านและ

ทำงานแทนสามีได้เป็นอย่างดี สังคมไทยตั้งแต่โบราณกาลจนถึงกลางยุครัตนโกสินทร์ ผู้ชายไทยเป็นไพร่ ต้องทำงานรับใช้เจ้านาย ภรรยาจึงรับผิดชอบทั้งการดูแลบ้านและการหาเลี้ยงชีพเพื่อนำเงินมาไถ่ถอนสามี ในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 จอมพลป. พิบูลสงครามพยายามให้เกียรติผู้หญิงและสนับสนุนให้ผู้หญิงทำงาน นอกบ้านมากขึ้น (นันทิรา ขำภิบาล, 2531) การสนับสนุนนี้ไม่ใช่เพียงเพราะว่าผู้หญิงทำเฉพาะงานในบ้าน แต่รัฐบาลต้องการให้ผู้หญิงมีอิสระเสรีมากขึ้น ทำอาชีพที่มีเกียรติ มีความมั่นคงทางสังคมและเศรษฐกิจ และพึ่งพาตนเองได้ อาจจะเป็นผลเนื่องมาจากนโยบายข้างต้น ผู้หญิงในยุคของผู้ให้สัมภาษณ์จำนวนมาก ทำงานนอกบ้านอย่างขยันขันแข็ง มีโอกาสทำงานที่นอกเหนือไปจากการดูแลบ้านและแค่เป็นผู้สืบสาน วัฒนธรรมอาหารไทย

คนไทยเมื่อ 60 ปีที่แล้ว ส่วนใหญ่เป็นเกษตรกร งานเกษตรกรรมเป็นงานนอกบ้าน การแสวงหา วัตถุดิบในการทำอาหารก็เป็นงานนอกบ้าน ดังนั้น ผู้หญิงไทยทำงานนอกบ้านจึงเป็นเรื่องปกติ นอกจากนี้ สมัยก่อนคนไทยสามารถอยู่ดำรงชีวิตได้อย่างอุดมสมบูรณ์ สามารถประกอบอาหารไทยที่มีรูปแบบ หลากหลาย ด้วยการใช้กรรมวิธีถึง 37 วิธี ได้แก่ ต้ม หุง ลวก นึ่ง ตุ่น ปิ้ง เผา ย่าง ผัด ทอด จี่ เจียว หั่น ซอย ตัด ผาน ฉื่อน ปอก ลอก แล่ เลาะ ขูด หุบ โขลก คลุก เคล้า นวด ตี คน กวน ช้อน ผอ่ย ละเลียด แกง ยำ พล่า และหลน (โรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม, 2511) โดยมีเครื่องทุนแรงเพียง เล็กน้อย แสดงว่า แม่บ้านไทยต้องมีความขยันขันแข็ง เพราะนอกเหนือจากการทำอาหาร แต่แม่บ้านต้อง ทำเกษตรกรรม และต้องนำผลผลิตมาแปรรูปเป็นอาหาร ขนม เครื่องจักสาน หรือสิ่งทอ เพื่อบริโภคและ จำหน่ายเพื่อสร้างรายได้ ในพระราชนิพนธ์พระนครศรีอยุธยา เอกสารจากหอหลวง (วินัย พงศ์ศรีเพียร, 2551) แสดงให้เห็นคนไทยทั้งชายและหญิงมีความชำนาญในการทำการค้าขายมานานแล้ว ไม่ใช่คนจีนเท่านั้น ที่ค้าขายได้ เพียงแต่ประเภทและวิธีการดำเนินธุรกิจแตกต่างกันไป ซึ่งการวิจัย พบว่า เกษตรกรไทยส่วนใหญ่มีความขยันขันแข็ง แต่ผลผลิตและสิ่งแปรรูปมีลักษณะเหมือนกัน ขาดเอกลักษณ์ การค้าขายจึงไม่สามารถสร้างรายได้มาก แต่ถ้ามีความพอเพียง ชีวิตสามารถอยู่ได้โดยไม่ต้องมีความอดอยาก และพบว่า แม่ ย่า ยายของผู้ให้สัมภาษณ์ และตัวผู้ให้สัมภาษณ์เองมีลักษณะไม่แตกต่างจากนางทองประศรี คือ มีทั้ง ความรู้ความสามารถทั้งการบ้านการเรือน ทำงานนอกบ้าน ทำเกษตรกรรม และค้าขายด้วยความขยัน ขันแข็ง และสามารถถ่ายทอดวัฒนธรรมอาหารไทยได้เป็นอย่างดี

ความอุดมสมบูรณ์ทางธรรมชาติและความสะดวกสบายของบ้านเมือง

บ้านเมืองไทยอุดมสมบูรณ์มายาวนาน ชาวต่างชาติที่มาเยือนเมืองไทยต่างประทับใจในความ หลากหลายทางธรรมชาติและความสามารถของคนไทยในการนำผลผลิตมาใช้ประโยชน์ (เดอ ลา ลูแบร์ (Simon de La Loubère), 2548; ฌ็อง-บัตติสต์ ปาลเลอกซ์ (Jean-Batiste Pallegoix), 2552; บาทหลวง เดอ ชัวซี (de Choisy), 2550; บาทหลวงตาชาร์ด (Pere Tachard), 2551) ผู้ให้สัมภาษณ์บรรยาย เมืองไทยในลักษณะใกล้เคียงกันหลักฐานสมัยโบราณเมื่อหลายร้อยปี แต่ที่น่าเสียดาย คือ เมืองไทยเสื่อม โทรมลงมากในระยะเวลาไม่นาน คนไทยมีการใช้ทรัพยากรอย่างหมดเปลือง บ้านเมืองที่เคยสะอาด บริสุทธิ์กลับสกปรกและเต็มไปด้วยสารพิษ ที่กล่าวว่า เมืองไทยเสื่อมโทรมลงในเวลาไม่นาน เพราะเมื่อ ผู้ให้สัมภาษณ์เป็นผู้ใหญ่ยังรู้สึกวุ่นวายในน้ำมีปลา ในนามีข้าว ไม่น้ำเน่า สัตว์น้ำหลายอย่างหายไป ข้าว ต้องเร่งปลูก ต้องใส่ปุ๋ย ต้องใช้ยาฆ่าแมลง ผู้ให้สัมภาษณ์ไม่ทราบว่าปัญหาสภาพแวดล้อมเริ่มเกิดขึ้นเมื่อไร คนไทยส่วนใหญ่ก็คงตอบยาก ส่วนใหญ่เกิดมาพร้อมมลภาวะและเห็นการประชาสัมพันธ์พืชผักอาหาร ปลอดภัยที่คนโบราณไม่รู้จัก เมืองไทยสงบสุขและอุดมสมบูรณ์มายาวนานเกิดจากวิถีชีวิตแบบสังคม เกษตรกรรมและการใช้ชีวิตอย่างสมถะ คนไทยสมัยก่อนใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ใช้ทรัพยากรอย่างประหยัด

และไม่สร้างหนี้สิน ซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาพอเพียงที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชทรงเน้นย้ำมาเกือบตลอดรัชกาล

ข้อเสนอแนะในการบริหารจัดการและการทำวิจัย

การศึกษาวัฒนธรรมอาหารไทยมีประโยชน์ต่อการประชาสัมพันธ์อาหารไทยเพื่อการส่งออกและการท่องเที่ยว อาหารไทยแท้เป็นสิ่งที่มีความค่า เพราะเกิดการสร้างสรรค์ พัฒนา และธำรงรักษาด้วยคนไทยทั้งชาติมายาวนาน อาหารไทยแท้แตกต่างจากอาหารดัดแปลงที่เกิดจากความคิดของคนเพียงบางคนหรือคนเพียงบางเดียว ปัจจุบันธุรกิจอาหารมีการเชื่อมโยงอาหารกับพื้นที่ทางภูมิศาสตร์เพื่อต่อยอดคุณภาพ ธรรมชาติช่วยสรรค์สร้างอาหารที่มีเอกลักษณ์ ซึ่งคนในแต่ละท้องถิ่นพยายามคัดสรรและธำรงรักษาพันธุ์และอาหารที่มีความค่าและมีประโยชน์ที่สุด องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยนี้ต่อยอดความยาวนานของอาหารไทยและบ่งชี้ชัดว่าเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่นมีประโยชน์ในการประชาสัมพันธ์อาหารไทยให้โลกรู้ และสามารถปกป้องอาหารไทยจากคู่แข่งที่พยายามทำเลียนแบบ ซึ่งทำให้ประเทศไทยสูญเสียรายได้และจะส่งผลโดยตรงมายังคนไทย นอกจากนี้ องค์ความรู้ที่ได้บ่งชี้ชัดถึงความภาคภูมิใจในอาหารไทยของคนไทยและภาคภูมิใจที่มีต่อภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ แต่เราไม่อาจห้ามกระแสนของการเปลี่ยนแปลง ดังนั้น องค์ความรู้จะทำให้เกิดการตลาดสามารถเลือกสิ่งที่ควรรักษาไว้ เพราะความเข้าใจในที่มาที่ไปของวัฒนธรรมของไทย

การวิจัยนี้ศึกษาเฉพาะวัฒนธรรมอาหารภาคกลางในอดีต ดังนั้น การศึกษาต่อ ๆ ไปยังภาคอื่น และศึกษาเจาะลึกในอาหารเป็นบางประเภทที่อาจจะถูกกระแสนของการเปลี่ยนแปลงทำให้คุณค่าของอาหารนั้นลดลง เช่น ข้าวไทยมีมากมายหลายพันธุ์ การค้าขายทำให้มีการสนับสนุนข้าวบางพันธุ์และมีการพัฒนาพันธุ์ขึ้นมาใหม่เพื่อให้ได้ผลผลิตมาก ส่งผลให้ข้าวบางพันธุ์ลดความสำคัญลง คนไทยเกิดในวัฒนธรรมข้าว รักการกินข้าว แต่คนไทยส่วนใหญ่ที่ไม่ใช่ชาวนามีความรู้เกี่ยวกับข้าวน้อย การวิจัยเรื่องข้าวในอดีตในแง่มุมต่าง ๆ เช่น ข้าวที่ในหลวงรัชกาลต่าง ๆ เสวย เพื่อเผยแพร่ให้เกิดความน่าสนใจและกระตุ้นในการเรียนรู้เกี่ยวกับข้าวมากขึ้น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการสร้างความเข้มแข็งในการธำรงรักษาวัฒนธรรมอาหารไทย

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

- กรรณิการ์ สุธีรัตนภิรมย์. (2555). *กรุงธนบุรี ในสมัยอยุธยาถึงต้นรัตนโกสินทร์*. (ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพฯ.
- กาญจนา แก้วเทพ, ขนิษฐา นิลผึ้ง, และ รัตติกาล เจนจัด. (2556). *สื่อสาร อาหาร สุขภาพ*. กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- กิตติพงษ์ วิโรจน์ธรรมาการ. (2548). *ชีวิตในวังบางขุนพรหม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์น้ำฝน.
- กิตินัดดา กิตติยากร, หม่อมราชวงศ์. (2507). *ของเสวย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์.
- คึกฤทธิ์ ปราโมช, หม่อมราชวงศ์. (2535). *น้ำพริก*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สยามรัฐ.
- จอมสุกรี ศรีมัทธวาฬ. (2482). *ตำหรับกับข้าวเสวยฯ*. พระนคร: ศิลปาบรรณาการ.
- จันทร์เจริญรัชนิ, หม่อมเจ้า. (2506). *ตำรากับข้าวประจำบ้าน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์คลังวิทยา.
- ชนัญ วงษ์วิภาค, & สุชาดา วราห์พันธ์. (2548). *ภูมิปัญญาท้องถิ่น*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เอมพันธ์.
- ชาญวิทย์ เกษตรศิริ. (2546). *อยุธยา*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโตโยต้าประเทศไทย.
- ชาติชาย มุกสง. (2558). ปากท้องยามสงครามโลกครั้งที่ 2 การรณรงค์ "ทำสวนครัวและเลี้ยงสัตว์" กับจุดพลิกผันในนโยบายอาหารการกินของรัฐบาลไทย. *จุลสารจดหมายเหตุธรรมศาสตร์*, 19, 58-69.
- ชีวิสิทธิ์ บุญเกียรติ. (2556). พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ และ การเยียวยา: สองเรื่องเล่าที่แตกต่างว่าด้วยทหารญี่ปุ่น ในประเทศไทย สมัยสงครามโลกครั้งที่ 2. *วารสารสังคมวิทยามานุษยวิทยา*, 32(1(มกราคม-มิถุนายน)), 56-86.
- ฌ็อง-บัพติสต์ ปาลเลกัวซ์ (Jean-Batiste Pallegoix). (2552). *เล่าเรื่องกรุงสยาม (Description du Royaume Thai ou Siam)* (สันต์ ท. โกมลบุตร, แปล. พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: ศรีปัญญา.
- ดำรงราชานุภาพ, สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระยา. (2553). *ปกิณกะพระนิพนธ์ เล่ม ๓: ย้อนรอยประเพณีวัฒนธรรมไทย* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: วิสดอม.
- เดออะ ลาลูแบร์ (Simon de La Loubère). (2548). *จดหมายเหตุ ลา ลูแบร์ ราชอาณาจักรสยาม (Du Royaume de Siam)* (สันต์ ท. โกมลบุตร, แปล. พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศรีปัญญา.
- เดิบ ชุมสาย, หม่อมหลวง. (2525). *กับข้าวรัตนโกสินทร์ 2525*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์การพิมพ์.
- หวิทอง หงษ์วิวัฒน์. (2545). *ครัวไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด.
- ทัศนีย์ โรจนไพบูลย์. (2558, 17 เมษายน). มรดกวัฒนธรรมอาหารไทยกับความยั่งยืน. *เสวนาวิชาการปกิณกะคดีอาหารไทย*. โรงแรมสวนดุสิตเพลส, กรุงเทพฯ.
- ที่ว่ากล่าวเอาตาคล. (2559). *สภาพทั่วไปของอำเภอตาคล. อำเภอตาคล. ที่ว่าการอำเภอ*.
- ธานี สุขเกษม. (2522). *ความสัมพันธ์ระหว่างไทยกับญี่ปุ่นสมัยสงครามโลกครั้งที่สอง (พ.ศ. 2482-2488)*. (การศึกษามหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- แถมสุข นุ่มนนท์. (2544). *เมืองไทยสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สารธาร.
- นักรบแดนจอบาง. (2559). *ประวัติความเป็นมาของกองบิน ๔*. สืบค้นเมื่อ 12 กรกฎาคม 2559, จาก www.wing4afb.net/wing4/index.php/historywing4
- นันทิรา ขำภิบาล. (2531). *นโยบายเกี่ยวกับผู้หญิงไทยในสมัยสร้างชาติของจอมพลป. พิบูลสงคราม พ.ศ. 2481-2487*. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.

- นิโกลาส์ แชรแวงส (Nicolas Gervaise). (2550). *ประวัติศาสตร์ธรรมชาติและเมืองแห่งราชอาณาจักรสยาม* (สันต์ ท. โกมลบุตร, แปล. พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศรีปัญญา.
- บาดหลวงเดอ ชัวซี (de Choisy). (2550). *จดหมายเหตุรายวัน การเดินทางไปสู่ประเทศสยาม* (สันต์ ท. โกมลบุตร, แปล. พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ศรีปัญญา.
- บาดหลวงตาชาร์ด (Pere Tachard). (2551). *จดหมายเหตุการเดินทางสู่ประเทศสยามครั้งที่ ๑ และจดหมายเหตุการเดินทางครั้งที่ ๒* (สันต์ ท. โกมลบุตร, แปล. พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: ศรีปัญญา.
- บุญมา นครอินทร์. (2554). ลักษณะครอบครัวชวา: ข้อเท็จจริงจากงานวิจัยช่วง 4 ทศวรรษ (พ.ศ. 2498 - 2537) วารสารสังคมวิทยามานุษยวิทยา, 30(1), 48-66.
- ปอง มาลากุล, หม่อมหลวง. (2501). *การครัว*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- เปลี่ยน ภาสกรวงศ์, ท่านผู้หญิง. (2545). *แม่ครัวหัวป่าก์* (พิมพ์ครั้งที่ 6) กรุงเทพฯ: สมาคมวัฒนธรรม.
- ประชุมภาย์แห่งเรือบริบูรณ์. (2472). พระนคร: ราชบัณฑิตยสภา.
- ประยูร อุสุภา. (2542). *อาหารรสพิเศษของคนโบราณ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด.
- พงษ์ศักดิ์ ปัตถา. (2550). *ผลกระทบของฐานทัพสหรัฐอเมริกาต่อสภาพเศรษฐกิจและสังคมของเมืองอุดรธานี พ.ศ. 2505-2520*. (อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพฯ.
- พลศรี คชาชีวะ. (2518). *ชมรมแม่บ้านทันสมัย ชุด 3*. กรุงเทพฯ: ประชาช่าง.
- พวงทอง รุ่งสวัสดิทรัพย์ ภาวครพันธุ์. (2549). *สงครามเวียดนาม: สงครามกับความจริงของ "รัฐไทย"*. กรุงเทพฯ: โครงการจัดพิมพ์คบไฟ.
- พูนพิสมัย ดิสกุล, หม่อมเจ้า. (2517). *ประเพณีพิธีไทย*. กรุงเทพฯ: โพธิ์สามต้นการพิมพ์.
- เพชรรุ่ง เทียนปวีโรจน์. (2550). ตลาดกบวิถีชีวิตชุมชนพระนครศรีอยุธยา. ใน วินัย พงศ์ศรีเพียร (บรรณาธิการ), *สรรพสาระ ประวัติศาสตร์-มนุษยศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สามลดา.
- เพชร จงก่าโชค. (2528). *ตลาดอาหารสดในกรุงเทพฯ*. (เศรษฐศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ภัทรา ศักดิ์ศรีพาณิชย์. (2554). *การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมเมืองพิษณุโลก พ.ศ. 2500-2542*. (อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพฯ.
- มนสิชา รุ่งชาลนนท์. (2556). *ร้านแม่ตุ๋น ข้าวขาหมู-ก๋วยจั๊บน้ำข้น ชุมชนท่าช้างวังหลวง*. วารสารสังคมวิทยามานุษยวิทยา, 32(1), 205-212.
- รัศมี คันธเสวี. (2522). *หลักการปฏิบัติการด้านโภชนาบำบัด* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: กรุงเทพการพิมพ์.
- โรงเรียนสายปัญญาและสายปัญญาสมาคม. (2511). *ตำรับอาหารของหม่อมราชวงศ์เตื่อง สนิทวงศ์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์วิจิตรศิลป์.
- วไลยธรรมา. (2536). *อาหารพื้นบ้านของไทยภาคกลางตอนล่าง*. (คหกรรมศาสตร์มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- วรวิธ สุวรรณฤทธิ์และคณะ. (2546). *วิถีไทย* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วันดี ณ สงขลา. (2530). *อาหารไทยในวรรณคดี เล่ม ๑*. กรุงเทพฯ: ศูนย์หนังสือกรุงเทพฯ.
- วันดี ณ สงขลา. (2536). *อาหารทรงโปรด*. กรุงเทพฯ: เคล็ดไทย.
- วันดี ณ สงขลา. (2539). *สำหรับข้าวไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.

วาทีนี้ คุณเผือก, เพียว ผ่อนสุข, ภาวิน ตันตยาภิรักษ์, & สุลัดดา พงษ์อุทธา. (2558). สถานะสุขภาพ พฤติกรรมการบริโภคอาหาร และสภาพแวดล้อมด้านอาหารที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการ. ใน สุลัดดา พงษ์อุทธา & วาทีนี้ คุณเผือก (บรรณาธิการ), *อาหารและโภชนาการในประเทศไทย: เราอยู่ตรงจุดไหนในปัจจุบัน*. นนทบุรี: มูลนิธิเพื่อการพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ.

วินัย พงศ์ศรีเพียร (บรรณาธิการ). (2551). *พรรณภูมิสถานพระนครศรีอยุธยา เอกสารจากหอหลวง (ฉบับความสมบูรณ์)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์อุษาคเนย์

ศรีศักร วัลลิโภดม. (2554). *พัฒนาการทางสังคม-วัฒนธรรมไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เมืองโบราณ.

ศรีสมร คงพันธุ์. (2547). *สืบทอดอาหารไทยในต่างแดน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด.

ศศิธร ทัศนัยนา. (2556). วิถีชีวิตไทยจากสำนวนไทยที่มีคำว่า "น้ำ" เป็นส่วนประกอบ. *วารสารศิลปศาสตร์*, 13(2), 40-57.

ศิลป พีระศรี, ศ. (2502). *คุณค่าจิตรกรรมฝาผนัง*. กรุงเทพฯ: กรมศิลปากร.

ส. พลายน้อย. (2558). *ครัวไทย*. กรุงเทพฯ: สถาพรบุ๊คส์.

ส. พลายน้อย. (2559). *กระยานิยาย*. กรุงเทพฯ: พิมพ์คำ.

สุจิตต์ วงษ์เทศ. (2548). *กรุงเทพฯ มาจากไหน*. กรุงเทพฯ: ศิลปวัฒนธรรม.

สุจิตต์ วงษ์เทศ. (2559, 1 มกราคม). กินข้าวกินปลา อาหารดีคำบรรพ์. สืบค้นจาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1451653716

สุดรา สุขฉายา (บรรณาธิการ). (2538). *เพชรบุรี*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สารคดี.

สมล ว่องวงศ์ศรี. (2557). *จานอร่อยจากปูย่า สูตรโบราณร้อยปี*. กรุงเทพฯ: สารคดี.

สุวัฒน์ อัสวไชยชาญ (บรรณาธิการ). (2538). *อยุธยา*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สารคดี.

สุรเสียงมงคลการ, คุณหญิง. (2483). *ตำหรับขนมของหวานวังหลวง*. พระนคร: ศิลปาบรรณาการ.

อนุমানราชชน, พระยา. (2515). *วัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บรรณาการ.

อนุমানราชชน, พระยา. (2531a). *ประเพณีเบ็ดเตล็ด*. กรุงเทพฯ: กรมศิลปากร.

อนุমানราชชน, พระยา. (2531b). *รวมเรื่องเกี่ยวกับวัฒนธรรม*. กรุงเทพฯ: กรมศิลปากร.

อนุমানราชชน, พระยา. (2532). *ชีวิตชาวไทยสมัยก่อน*. กรุงเทพฯ: กรมศิลปากร.

อเนก นาวิกมูล. (2549). *วังบ้านฐานถิ่น*. กรุงเทพฯ: แสงดาว.

อเนก นาวิกมูล. (2559). *พ่อค้าไทยยุค 2480-2490*. กรุงเทพฯ: แสงดาว.

อุบล จิระสวัสดิ์. (2517). *สภาวะทางการเมือง เศรษฐกิจ และสังคมของประเทศไทย ในระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง*. (อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.

เอกพล อ่อนน้อมพันธุ์. (2545). *อาหารไทย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.

ภาษาอังกฤษ

Avakul, V. (2004). Thai identity. In S. Songcharoen (Ed.), *ทิศทางการเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ* (pp. 97-101). Bangkok: National Identity Board, Office of the Permanent Secretary, Prime Minister's Office.

Bell, B., Adhikari, K., Chambers IV, E., Cherdchu, P., & Suwonsichon, T. (2011). Ethnic food awareness and perceptions of consumers in Thailand and the United States. *Nutrition & Food Science*, 41(4), 268 - 277.

- Berg, B. L. (2007). *Qualitative research methods for the social sciences* (6th ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Bryant, C. A., DeWalt, K. M., Courtney, A., & Schwartz, J. H. (2003). *The cultural feast: An introduction to food and society*. Canada: Wadsworth/ Thomson Learning.
- Chadwick, B. A., Bahr, H. M., & Albrecht, S. L. (1984). *Social science research methods*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (2nd ed.). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2005). Introduction: The discipline and practice of qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 1-32). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Fontana, A., & Frey, J. H. (2005). The interview: From neutral stance to political involvement. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 695). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Gabaccia, D. R. (1998). *We are what we eat: Ethnic food and the making of Americans*. USA: Harvard University Press.
- Greeley, A. (2009). Finding Pad Thai. *Gastronomica: The Journal of Food and Culture*, 9(1), 78-82.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (2005). Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The SAGE handbook of qualitative research* (3rd ed., pp. 191). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Gubrium, J. F., & Holstein, J. A. (2000). Analyzing interpretive practice. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 487-508). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Holm, L. (2003). Food health policies and ethics: Lay perspectives on functional foods. *Journal of Agricultural and Environmental Ethics*, 16(6), 531.
- Huberman, M. A., & Miles, M. B. (1998). Data management and analysis methods. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Collecting and interpreting qualitative materials* (pp. 179-211). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Inness, S. A. (2001). Introduction. In S. A. Inness (Ed.), *Pilaf, pozole, and pad thai: American women and ethnic food* (pp. 1). Amherst, USA: University of Massachusetts Press.
- Kittler, P. G., & Sucher, K. P. (2001). *Food and culture* (3rd ed.). USA: Wadsworth/ Thomson Learning.
- Klausner, W. J. (2002). *Thai culture in transition* (4th ed.). Bangkok: Amarín Printing and Publishing.

- Kluckhohn, C. (1950). *Mirror of man: The relation of anthropology to modern life*. London: George G. Harrap and Co. Ltd.
- Kotler, P., Kartajaya, H., & Setiawan, I. (2010). *Marketing 3.0: From Products to Customers to the Human Spirit*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (2000). Paradigmatic controversies, contradictions, and emerging confluences. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *The handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 163-188). Thousand Oaks, Calif.: Sage Publications.
- Marshall, C., & Rossman, G. B. (1999). *Designing qualitative research* (3rd ed.). CA: SAGE Publications.
- Mintz, S. W., & Du Bois, C. M. (2002). The anthropology of food and eating. *Annual Review of Anthropology*, 31, 99.
- Mulder, N. (2000). *Inside Thai society*. Chiang Mai: Silkworm Books.
- National Identity Board. (2007). *Thailand in the 2000's*. Bangkok: National Identity Board, Office of the Permanent Secretary, Prime Minister's Office.
- Pillsbury, R. (1998). *No foreign food: The American diet in time and place*. USA: Westview Press.
- Reid, A. (1988). *Southeast Asia in the age of commerce 1450-1680* (Vol. Volume One: The Lands below the Winds). USA: Edwards Brothers.
- Solomon, M. R. (2007). *Consumer behavior: Buying, having, and being* (7th ed.). USA: Pearson/ Prentice Hall.
- Thompson, D. (2002). *Thai food*. Australia: Penguin Books.
- Van Esterik, P. (1992). From Marco Polo to McDonald's: Thai cuisine in transition. *Food and Foodways*, 5(2), 177-193.
- Watanasin, R. (2010). *Cultural Symbolism: Thai Food Products in the United States Markets*. (Doctor of Business Administration), Curtin University of Technology, Perth, Western Australia.

ภาคผนวก

สรุปรายชื่อและข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้สัมภาษณ์

กรุงเทพฯ

1. ป้าเล็ก เกิดที่เยาวราช อายุ 82 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีน คนไทยรับเลี้ยง ป้าเติบโตแบบไทย ๆ อาศัยในบ้านผู้มีอันจะกินเชื้อสายจีน ตอนสิบกว่าขวบตามป้าไปอยู่ในวังสระปทุม หลังแต่งงานป้าเปิดข้าวแกงแถววัดตรีทศเทพ ตอนนี้นำขายเฉพาะหมูสะเต๊ะและรับสอนบางวัน
2. ป้าอู๊ด เกิดแถววงเวียนเล็ก วัดสุวรรณ ผังธนบุรี อายุ 73 ปี
พ่อทำงานในกรมไปรษณีย์ แม่เป็นแม่บ้าน มีความเชี่ยวชาญการทำอาหารมาก หลังพ่อเสียชีวิต แม่เลี้ยงชีพโดยการนำข้าวเหนียวมะม่วงขาย แม่และญาติฝ่ายแม่เคยทำงานในตำหนักของราชสกุลยุคลและพระราชวังหลวง
3. ป้าตุ้ เกิดใกล้ร้านอาหารศรแดง ที่ว่าการกทม. อายุ 77 ปี
กำพร้าแต่เล็ก มาอยู่รวมกันกับญาติทางคุณตาแถววิสุทธิกษัตริย์ สนุกและเรียนทำอาหารจากแม่ป้าอู๊ด ทั้งป้าอู๊ดและป้าตุ้มีโอกาสเข้าไปเยี่ยมพี่คุณยายที่ทำงานในพระราชวังหลวง
4. อาจารย์ทิพวัลย์ เกิดและอยู่ที่ถนนสุขุทัย อายุ 73 ปี
พ่อเป็นทหารเรือ แม่เป็นแม่บ้าน ป้าเกษียณจากราชการ ป้ามีประสบการณ์กับอาหารต่างชาติมากกว่าผู้ให้สัมภาษณ์อื่น ๆ เพราะพ่อทำงานกับคนต่างชาติ เมื่อพ่อกลับจากเรือจะนำอาหารกระป๋อง อาหารสำเร็จรูป เช่น ไส้กรอก เนื้อกระป๋อง แค้ก ชีส และผลไม้กลับมาให้รับประทาน
5. ป้ามาลี (จุก) เกิดที่ตลาดยอด บางลำพู อายุ 73 ปี (คนมุสลิม)
พ่อแม่และบรรพบุรุษชายขนมที่หน้าตลาดยอด ป้ารับสืบทอดต่อมา หลังตลาดยอดไฟไหม้ ในปีพ.ศ. 2510 ป้าย้ายมาขายหน้าตรอกบ้านป่าแถวบางลำพู ห่างจากที่เดิมนิดเดียว ช่วงนี้เลิกทำ หลานสาวรับช่วงต่อ
6. ป้าเฉย เกิดที่ตลาดยอด บางลำพู อายุ 81 ปี (คนมุสลิม)
พ่อแม่รับจ้างแถว บางลำพู ป้ารับจ้างมวนบุหรี่ หลังตลาดไฟไหม้ ป้าเคยทำงานเป็นแม่บ้าน ตอนนี้นำช่วยป้ามาลีทำอาหาร ป้ามีความเชี่ยวชาญการทำอาหารมาก
7. ป้าลัดดา เกิดที่ตรอกสุเหร่า บางลำพู อายุ 80 ปี (คนมุสลิม)
พ่อและป้าเป็นช่างทอง แม่เป็นแม่บ้าน ทำทองกับญาติใกล้ ๆ บ้าน
8. ป้าเรียม เกิดที่ตรอกสุเหร่า บางลำพู อายุ 70 ปี (คนมุสลิม)
พ่อมาจากอินเดีย แม่เป็นคนมุสลิมจากพระนครศรีอยุธยา พ่อแม่ค้าขาย ป้าเรียมเปิดร้านอาหารอิสลามหลังพ่อเสียชีวิต ทำมาประมาณ 30 ปี
9. อากง เกิดแถววรจักร อายุ 78 ปี
พ่อมาจากเมืองจีน อากงทำงานในร้านอาหารจีนแถววรจักรตั้งแต่เด็ก เมื่อเป็นผู้ใหญ่ อากงเปิดร้านอาหารจีนแถวฝั่งธนร่วมกับป้าหลอดภรรยาจนถึงทุกวันนี้ ร้านอาหารของอากงมีอาหารจีนรสชาติเข้มข้นหลายอย่าง มีอาหารจานเด่น คือ แพะตุ๋นยาจีน ปลากระพงราดพริก
10. ป้าหลอด เกิดที่นครนายก อยู่วรจักรตั้งแต่ 12 ขวบ อายุ 78 ปี

- พ่อแม่เป็นคนจีน เข้ามาอยู่แถววรจักรเพื่อเลี้ยงหลานจนกระทั่งแต่งงาน
11. ลุงทวี เกิดที่ตลาดพลู ฝั่งธนบุรี อายุ 83 ปี
พ่อแม่เป็นชาวนา ฝั่งธนบุรี ยังอาศัยอยู่ในพื้นที่ดั้งเดิม ลุงเกษียณจากราชการ
12. ป้าจัมลิ้ม เกิดฝั่งธนบุรี ใกล้สมุทรสาคร อายุ 83 ปี
พ่อแม่เป็นชาวนา ป้าเกษียณจากราชการ
13. ป้านิด เกิดริมแม่น้ำเจ้าพระยา ใกล้ท่าพระอาทิตย์ อายุ 84 ปี
พ่อแม่ค้าขาย ร้านเสื้อผ้ามีชื่อเสียงแถวบางลำพู มีฐานะทางสังคมและเศรษฐกิจดีมาก
14. ป้ากรรณิการ์ เกิดที่ตรอกเขียนนิวาสน์ บางลำพู อายุ 70 ปี
พ่อแม่ค้าขาย พ่อแม่ย้ายมาจากขอนแก่น ป้าอยู่ที่บ้านปัจจุบันตั้งแต่เกิด
15. ป้ารัตนา เกิดที่ตรอกเขียนนิวาสน์ บางลำพู อายุ 82 ปี
พ่อเป็นทหารเรือ แม่เป็นแม่บ้าน ป้าเกษียณจากราชการ ป้าอยู่บ้านปัจจุบันตั้งแต่เกิด ป้าไม่ค่อยทำอาหาร ตอนเด็กคุณตาคุณยายทำอาหารให้รับประทาน แม่เริ่มทำกับข้าวหลังคุณตาคุณยายเสียชีวิต
16. ลุงชาติรี เกิดแถวตลาดนางเลิ้ง อายุ 73 ปี
พ่อมาจากเมืองจีน พ่อแม่ค้าขาย ลุงเกษียณจากราชการ
17. ลุงชันทอง เกิดแถวสี่ย่าน อายุ 73 ปี
พ่อแม่และลุงค้าขาย
18. ลุงแสง เกิดแถวสี่ย่าน อายุ 73 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีน ค้าขาย ลุงทำค้าขาย ต่อมาเปิดร้านเบเกอรี่
19. ลุงปรีชา เกิดแถวบางกระบือ อายุ 73 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีน ทำอาหารจีนขาย ลุงสืบทอดต่อมา
20. ลุงจรัสพันธ์ เกิดแถวบางกระบือ อายุ 74 ปี
พ่อแม่และลุงค้าขาย
21. ป้าหงษ์ เกิดในกรุงเทพฯ อายุ 86 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีน ป้าขายขนมหวานหน้าศาลาเฉลิมธานีมาหลายสิบปี เริ่มต้นจากการเป็นลูกมือคนรู้จัก
22. ศาสตราจารย์พิเศษศรีศักร วัลลิโภดม เกิดในกรุงเทพฯ อายุ 78 ปี

พระนครศรีอยุธยา

1. ป้าประเสริฐ และสามี เกิดแถวต.วัดตูม อ.เมือง อายุ 76 ปี และ 74 ปี
พ่อแม่ ป้าและลุงทำนา จ้างปลาขายสดและทำแห้งขาย ต่อมาทำอาหารขาย และปัจจุบันเปิดร้านของชำ
2. ป้าถนอม เกิดแถวต.ลุมพลี อ.เมือง อายุ 74 ปี (คนมุสลิม)
พ่อแม่รับจ้าง พ่อรับจ้างพายเรือไปหัวรอ แม่เสียชีวิตตั้งแต่ป้ายังเด็ก อาศัยอยู่กับป้า ป้าและคนแฉะนั้นรับจ้างทอแหและจักสาน ป้าอาศัยอยู่บ้านเดิม
3. ป้าทองคำ เกิดแถวต.บ้านใหม่ อ.เมือง อายุ 78 ปี
พ่อแม่และป้าทำนา

4. ป้าแสม เกิดแถวต.วัดตูม อ.เมือง อายุ 70 ปี
พ่อแม่และป้ามีอาชีพรับจ้าง
5. ป้ารัชณี เกิดแถวต.วัดตูม อ.เมือง อายุ 71 ปี
พ่อแม่และป้าทำนา นาเช่า พ่อแม่ยากจน รักลูก พยายามดูแลลูกอย่างดีมาก
พอมีเงินก็ให้เงินไปซื้อขนม ตอนนี้อ้าทำแกงสลัก
6. ป้าวิเชียร เกิดแถววัดช้าง อ.เมือง อายุ 80 ปี
พ่อเป็นครู แม่ทำนา ครอบครัวป้าฐานะดี คนมีหน้ามีตาในพื้นที่
7. ป้าบุญเสริม เกิดแถวพุทธเลา อ.บางปะหัน อายุ 71 ปี
พ่อแม่รับจ้าง ป้าเคยทำอาหารขาย
8. ลุงประยงค์ เกิดแถววัดตูม อ.เมือง อายุ 77 ปี
พ่อแม่และลุงมีอาชีพรับจ้าง พ่อเสียชีวิตตั้งแต่เล็ก ฐานะยากจนมาก ลุงทำอาหาร
แกง สามารถทำแทนภรรยาได้
9. ลุงเจน เกิดที่ตลาดหัวรอ อ.เมือง อายุ 79 ปี
พ่อมาจากเมืองจีน พ่อแม่และลุงค้าขายเครื่องอุปโภคในตลาดหัวรอ ตอนลุง
หนุ่ม ๆ ขึ้นรถไฟ (ครั้งแรกมากับพ่อ) มาส่งของที่สำเพ็ง เขาวราช เพื่อส่งทาง
เรือกลับไปขายที่หัวรอ
10. ลุงไพล่ เกิดแถวต.บ้านใหม่ อ.เมือง อายุ 82 ปี
พ่อแม่ทำนา ลุงทำนาจนอายุมาก ตอนนี้อยู่ขายขนมครกที่ตลาดหัวรอ เพราะ
อยากหาเงินเอาไว้ทำบุญ ลูกสาวขายอาหารในตลาดหาสถานที่ให้
11. ป้าบุญช่วย เกิดแถวต.บ้านใหม่ อ.เมือง อายุ 70 ปี
พ่อแม่ทำนา ป้าทำปลาร้าขายพร้อมผักดอง หน่อไม้ ถั่วงอก เต้าหู้ เต้าเจี้ยวใน
ตลาดหัวรอตั้งแต่ยังสาว
12. ป้าสุนิรัตน์ เกิดที่ตลาดหัวรอ อ.เมือง อายุ 79 ปี
พ่อมาจากเมืองจีน พ่อแม่และป้าค้าขายในตลาดหัวรอ
13. ป้าพลู เกิดในพระนครศรีอยุธยา อายุ 80 ปี
ถูกเลี้ยงดูแบบลูกชานา ตอนอายุ 10 กว่าขยับไปอยู่กรุงเทพทำงานในบ้านคน
มีฐานะ ย้ายไปอยู่ตาคีหลังทหารอเมริกันกลับไปใหม่ ๆ แต่งงานกับคนจีนตอน
อายุ 20 กว่า ค้าขายที่บ้าน ทำอาหารง่าย ๆ แบบคนจีนให้สามี ป้าชอบอาหาร
แบบไทย ๆ ป้าชอบชีวิตชานามาก จำเรื่องสมัยเด็ก ๆ ได้ดี
14. อาจารย์สมบัติ พลายน้อย ศิลปินแห่งชาติ เกิดในพระนครศรีอยุธยา อายุ 87 ปี

เพชรบุรี

1. อาจารย์เบญจา เกิดในอ.เมือง อายุ 79 ปี
ไปอยู่ที่ดำเนินสะดวก แล้วกลับไปอยู่เพชรบุรี ก่อนเข้ามาเรียนครูที่สวนดุสิต
2. ป้าบัวแย้ม เกิดในอ.บ้านแหลม อายุ 69 ปี
พ่อแม่และป้าทำน้ำตาลมะพร้าว ตอนนี้อยู่กิจการให้ลูกสาว
3. ป้าละออ เกิดในอ.เมือง อายุ 78 ปี
คนไทยแท้ แม่พูดจีนได้ ค้าขายในตลาด ป้าขายอาหารทะเลแห้ง

4. ป้ายูริย์ (แป้ว) เกิดในต.บ้านกุ่ม อ.เมือง อายุ 70 ปี
กำพร้าพ่อแต่เล็ก แม่พ่ายเรือขายข้าวสารถึงบางตะบูน แม่ออกจากบ้านตั้งแต่ตี 4 แม่ทำอาหารง่าย ๆ ไข่ทอดเป็นอาหารหลัก อายุ 9 ขวบเลี้ยงน้องด้วยไข่ทอด ป้าค้าขายแถวบ้าน
5. ยายเพลิน เกิดแถววัดปากคลอง อ.บ้านแหลม อายุ 96 ปี
พ่อแม่เป็นคนแถววัดปากคลอง พ่อแม่และป้ามีอาชีพทำนา ป้าอยู่บ้านเดิมมาตลอดชีวิต
6. ป้าเอื้อน เกิดในอ.เมือง ไกล่ตลาด อายุ 74 ปี
พ่อแม่ทำนา แม่หาบอาหารขาย ป้าขายข้าวแช่มมานานกว่า 50 ปี เริ่มจากหาบขาย ต่อมานั่งตรงข้ามตลาดและสถานีอนามัย
7. ป้าร้านขนม เกิดในอ.เมือง อายุ 70 ปีกว่า
พ่อแม่มาจากเมืองจีน พ่อกินอาหารแบบจีน แม่กินอาหารไทยได้ พ่อขายขนมหวานในตลาด เช่น ถั่วเขียวต้มน้ำตาล เต้าส่วน ป้าขายแทนพ่อตั้งแต่ปีพ.ศ. 2506
8. ลุงพรพิทักษ์ เกิดในอ.เมือง อายุ 73 ปี
พ่อแม่มาจากเมืองจีน ค้าขายในตลาดเก่าแก่ที่สุดของอ.เมือง ส่วนใหญ่กินอาหารแบบจีน ทำอาหารไทยได้ ลุงและภรรยามีร้านของชำไม่ห่างจากบ้านเดิม
9. ลุงเสวก (อ้อด) เกิดในอ.เมือง ไกล่ตลาด อายุ 69 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีน พ่อแม่ค้าขาย อาชีพเดิมของลุง คือ ช่างแกะสลักไม้ ตอนนี้ขายขนมปังปัง
10. ป้าบุญชู เกิดในอ.บ้านแหลม อายุ 83 ปี
พ่อแม่มาจากยานาวา กรุงเทพฯ พ่อเป็นทหารเรือ แม่ทำงานในวังสมัยร.5 พ่อมาทำสวนมะพร้าว ทำเรือที่ย่านแหลม แม่ทำอาหาร ของหวานเก่ง ป้าตัดเย็บเสื้อผ้าทำผม
11. ป้าถวิล เกิดแถวแม่กลอง อายุ 73 ปี
บรรพบุรุษและป้าทำอาชีพขึ้นต้นมะพร้าว ทำน้ำตาล ย้ายมาบ้านแหลมตอนอายุ 3-4 ขวบ
12. ป้าแป้น เกิดในอ.บ้านแหลม อายุ 86 ปี
บรรพบุรุษและป้ามีอาชีพทำนาและทำน้ำตาล ป้ามีฐานะดีมาก
13. ลุงนอก เกิดในแถวบางตะบูน อ.บ้านแหลม อายุ 89 ปี
บรรพบุรุษและลุงทำอาชีพประมง ลุงอยู่ที่บ้านเกิดในหมู่บ้านชาวประมงที่บางตะบูน
14. ป้าเอ๋ เกิดแถวบางตะบูน อ.บ้านแหลม อายุ 72-73 ปี
บรรพบุรุษ ป้า พี่น้อง และลูกหลานมีอาชีพอาชีพประมง ป้าอยู่ที่บ้านเกิดในหมู่บ้านชาวประมงที่บางตะบูน
15. ลุงปอน เกิดในแถวบางตะบูน อ.บ้านแหลม อายุ 74 ปี
พ่อเป็นคนจีน บรรพบุรุษและลุงทำอาชีพประมง ลุงเป็นอดีตผู้ใหญ่บ้าน
16. ป้าวรรณและ เกิดในอ.บ้านแหลม อายุ 69 ปี

- ลุงประจวบ พ่อแม่ของป้าเป็นคนบ้านแหลม พ่อแม่ขายเรือขายของกินตามคลองต่าง ๆ แม่
ออกจากบ้านตั้งแต่ตี 4 ไปรับของจากตลาดในเมือง ป้าทำอาชีพเดียวกับแม่
จนกระทั่งอายุมากขายเรือไม่ไหว ตอนนี้ทำน้ำตาลและทำสวน ลุงเป็นคนบ้าน
แหลมเช่นเดียวกัน มีอาชีพทำสวน
17. อาจารย์สัณฐาน เกิดในอ.เมือง อายุ 77 ปี
อาจารย์ศิลปะ มีชื่อเสียง เจ้าของร้านขนมเมืองเพชรยุคใหม่

18. ลุงถนอมและ ภรรยา เกิดในอ.บ้านลาด อายุ 77 ปี
พ่อแม่เป็นคนบ้านลาด ทำนา ทำสวน ลุงเปิดศูนย์การเรียนรู้เกี่ยวกับตาลโตนด

นครสวรรค์ (ตากาลี)

1. ลุงสมศักดิ์ เกิดที่แปดริ้ว อายุ 73 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีนแท้ ตอนอายุ 17 ปี ลุงมาทำงานในเยาวราช ปีพ.ศ. 2503 ย้าย
มาตากาลีลุงขายของเบ็ดเตล็ด เดินขายและขึ้นรถไฟไปตามที่ต่าง ๆ ต่อมาเปิด
ร้านขายกาแฟช่วงที่ทหารอเมริกันเข้ามาตั้งฐานทัพในตากาลี ลุงชอบอาหารไทย
2. ป้ากาญจนา เกิดในอ.ตากาลี อายุ 74 ปี
พ่อเป็นคนจีนแท้ แม่เป็นคนจีนเกิดเมืองไทย พ่อแม่ทำสวนผักห่างตลาด 1-2
กม. ต่อมาค้าขายในตลาด เลี้ยงดูด้วยอาหารไทย
3. ป้าลั้ง เกิดและอยู่ในอ.ตากาลี แถวตลาดเหนือ อายุ 72 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีนแท้ แม่เป็นคนจีนเกิดเมืองไทย ค้าขายในตลาด ชอบอาหารง่าย ๆ
ตอนแรกขายน้ำแข็งไส ซื้อมั๊กจากชาวบ้านมาขายที่ตลาด ต่อมาพ่อซื้อตึกใน
ตลาดเปิดเป็นร้านขายของเบ็ดเตล็ด ขึ้นรถไฟไปซื้อของจากสำเพ็งมาขาย ของ
ส่วนใหญ่ไม่เหมือนกับเมื่อก่อน
4. ป้าเป่า เกิดในอ.ตากาลี แถวตลาดกลาง อายุ 74 ปี
พ่อแม่เป็นคนจีนแท้ แม่เป็นคนมอญ พ่อแม่ขายของในตลาด ทำขนมหวานขาย
หน้าบ้านมาหลายปีแล้ว
5. ป้าสมพิศ เกิดในอ.ตากาลี อายุ 69 ปี
พ่อแม่เป็นชาวนา บ้านห่างจากแหล่งบันเทิงของทหารอเมริกันไป 2-3 กม.
6. ป้าบัวโรย เกิดในอ.ตากาลี อายุ 66 ปี
พ่อแม่เป็นชาวนา บ้านห่างจากแหล่งบันเทิงของทหารอเมริกันไป 2-3 กม.
7. ป้าจิ้ง เกิดในอ.ตากาลี อายุ 70 ปีกว่า
พ่อแม่เป็นจีนแท้ ชอบอาหารง่าย ๆ แบบคนจีน
8. ป้าริด เกิดในอ.ตากาลี อายุ 77 ปี
คนไทยแท้ ตอนสงครามโลกครั้งที่สองอพยพไปที่อื่น เพราะทหารญี่ปุ่นเคยมา
ตั้งค่ายในตากาลี
9. ลุงเล็ก เกิดในอ.ตากาลี อายุ 78 ปี
คนไทยแท้ ทำงานรับจ้างก่อสร้างในค่ายช่วงทหารอเมริกันเข้ามาตั้งฐานทัพ
10. ป้ายัง เกิดที่ลพบุรี ย้ายมาตากาลีปีพ.ศ. 2503 อายุ 91 ปี

- พ่อเป็นคนจีนแท้ แม่เป็นคนจีน แต่ถูกเลี้ยงแบบคนไทย ป้าเปิดกิจการบ้านเช่าสำหรับทหารอเมริกันเช่า ป้าเปิดร้านข้าวแกงขายคนไทยแถวนั้น
11. ป้ากิมเฮง เกิดที่ลพบุรี ย้ายมาตาคลีปีพ.ศ. 2500 อายุ 82 ปี
น้องสาวป้ายัง ย้ายตามพี่ชายที่มาเปิดโรงสีข้าวในตาคลี ป้าดูแลบ้านเช่าและร้านอาหาร
 12. ป้าร้านข้าว เกิดในอ.ตาคลี อายุ 70 ปี
คนไทยแท้ สามีเป็นทหารในกองบิน 4 อาศัยอยู่ในค่ายทหารจนสามีเกษียณอายุ
 13. ป้าม่วย เกิดในอ.ตาคลี อายุ 79 ปี
พ่อเป็นคนจีนแท้ แม่มีเชื้อสายลาวเกิดในชุมชนชาวลาวในตาคลี
 14. ลุงวันลี เกิดที่ตลาดพลู ธนบุรี อายุ 80 ปี
พ่อแม่ปลูกพลู ย้ายมาอยู่ตาคลีตอนอายุ 23 ปี หลังเกษียณเปิดร้านอาหารป้าริมแม่น้ำเจ้าพระยา
 15. ภรรยาลุงวันลี เกิดที่อ.มโนรมย์ จ.ชัยนาท อายุ 69 ปี
มาทำงานในโรงอาหารของทหารอเมริกัน ตั้งแต่อายุ 19 ปี (ทำประมาณ 10 ปี)
จนกระทั่งทหารอเมริกันกลับประเทศหมดในปีพ.ศ. 2519

พิษณุโลก

1. ป้าเทศ เกิดแถวบ้านท่านา อ.บางกระทุ่ม อายุ 78 ปี
พ่อแม่ทำนา ฐานะดี มีนาเยอะ ป้าเป็นลูกคนโต ต้องช่วยพ่อแม่ทุกอย่าง ป้าจึงจำเรื่องราวในอดีตได้ดี เรียนรู้ทุกอย่างจากพ่อแม่ ไม่ได้อยู่กับปู่ย่าตายาย ป้าเข้ามาในจังหวัดตอนอายุ 15-16 ปี หลังออกจากโรงเรียน ป้าเคยทำอาหารขาย
2. ลุงเรณู เกิดในอ.เมือง อายุ 81 ปี
พ่อแม่ทำนา ตอนเรียนหนังสือ ต้องทำอาหารเอง ลุงเกษียณจากราชการ ลุงชอบสะสมของใช้โบราณ
3. ลุงสุบิน เกิดแถวสมอแข อ.เมือง อายุ 77 ปี
พ่อแม่ทำนา มีแต่พี่น้องผู้ชาย ลุงทำอาหารเก่ง ลุงทำนาทำไร่
4. ป้าแจ้ว เกิดในค่ายทหาร อ.เมือง อายุ 81 ปี
พ่อเป็นทหาร แม่เป็นแม่บ้าน ป้าเกษียณจากราชการ
5. ป้าละเมียด เกิดในค่ายทหาร อ.เมือง อายุ 84 ปี
พี่ป้าแจ้ว พ่อเป็นทหาร แม่เป็นแม่บ้าน ป้าเกษียณจากราชการ
6. ป้าละเอียด เกิดที่อ.พรหมพิราม อายุ 73 ปี
พ่อแม่ทำนา มีฐานะดีมาก ป้าเกษียณจากราชการ
7. ป้าประเสริฐ เกิดแถววัดอินทรีย์ อ.เมือง อายุ 83 ปี
พ่อแม่ทำนา เสียชีวิตตั้งแต่ป้ายังเด็ก บ้านป้าอยู่ริมแม่น้ำน่านก่อนย้ายเข้ามาอยู่ในตลาด พี่และป้าทำนาต่อมา บ้านยากจน ป้ารับหน้าที่ทำกับข้าว ต่อมาป้ามาทำอาหารขายในตลาดใต้ก่อนตลาดไฟไหม้ครั้งใหญ่
8. ป้าประสาน เกิดแถววัดอินทรีย์ อ.เมือง อายุ 76 ปี

- น้องป่าประเสริฐ พี่ ๆ ไม่ให้ทำกับข้าว ป้ามิน้ำที่เลี้ยงควาย ป้าทำกับข้าวไม่เก่ง
ป้าช่วยพี่ทำร้านอาหาร
9. ลุงสงวน เกิดแถวท่าโพธิ์ อ.เมือง อายุ 80 ปี
พ่อแม่ทำนา
10. ป้าพจณี เกิดแถวจ่านกร้อง ต.ในเมือง อ.เมือง อายุ 77 ปี
พ่อทำป่าไม้ แม่เป็นแม่บ้าน แม่เคยทำขนมขาย ป้าเกษียณจากราชการ
11. ป้ารัตน เกิดในค่ายทหาร อ.เมือง อายุ 73 ปี
น้องป่าแจ้ว พ่อเป็นทหาร แม่เป็นแม่บ้าน ป้าเกษียณจากราชการ
12. ป้าสุดใจ เกิดบนแฟรมน้ำน่าน อ.เมือง อายุ 76 ปี
พ่อแม่ทำนา บางช่วงแม่ปิ้งข้าวเกรียบว่าวขายที่ตลาดวัดใหญ่
13. ป้าจำเนียร เกิดในอ.เมือง อายุ 76 ปี
พ่อแม่ทำนา
14. ป้าสุนีย์ เกิดต.ในเมือง อ.เมือง อายุ 72 ปี
พ่อเป็นทหาร ป้าช่วยแม่ขายขนมที่ตลาดวัดใหญ่ พี่น้องหลายคน ยากจนมาก
15. ป้ากลอน เกิดแถวหัวรอ อ.เมือง อายุ 76 ปี
พ่อแม่ทำนา ทำสวน ป้าช่วยพ่อแม่เอาผักมาขายในตัวเมือง
16. ป้าส้มแป้น เกิดแถวค่ายทหาร อ.เมือง อายุ 84 ปี
พ่อเป็นคนจีนแท้ แม่เป็นคนจีนเกิดเมืองไทย พ่อแม่รับจ้าง ยากจน หลังแต่งงาน
ป้าทำโรงงานเส้นก๋วยเตี๋ยว
17. ป้าลั้ง เกิดในตลาดใต้ ริมแม่น้ำน่าน อ.เมือง อายุ 74 ปี
น้องป่าส้มแป้น ป้าสบายกว่าพี่ ๆ รุ่นป้าสามารถซื้อหาของสำเร็จรูปได้ง่ายขึ้น