

นามอาหารไทย 4 ภาค : วัฒนธรรมอันสะท้อนวิถีชีวิตและภูมิปัญญาท้องถิ่น

Dishes from 4 District Regions: Cultures Reflecting Ways of Life and Local Wisdom

เนมิ อุณากรสวัสดิ์, Nemi Unakornsawad¹

E-mail: lynznemi@gmail.com

รศ.ดร.วิไลศักดิ์ กิ่งคำ, Wilaisak Kingkham²

บุญเลิศ วิวรรณ, Boonlert Wiwan³

Received: April 26, 2021 Revised: April 26, 2021

Accepted: June 10, 2021

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของ คุชกูนิพนธ์เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างภาษากับวัฒนธรรมจากคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาคกับวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น ในบทความฉบับนี้ผู้วิจัยเลือกคำในวงความหมายพืชและผลผลิตจากพืชมาวิเคราะห์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาของคนไทยทั้ง 4 ภาค ผลการศึกษาพบว่าพืชและผลผลิตจากพืชที่พบในชื่ออาหารไทย แสดงให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์ของประเทศไทยว่าตั้งอยู่ในเขตร้อน มีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ มีแหล่งน้ำจืดอยู่ทั่วไปในประเทศ ในภาคเหนือมีอุณหภูมิต่ำกว่าภูมิภาคอื่น ๆ ในประเทศไทย มีอากาศที่เย็นและแห้ง พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นภูเขา ด้านภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นป่าโปร่งหรือป่าละเมาะ ซึ่งมีลักษณะเป็นที่โล่ง มีต้นไม้ขึ้นเป็นหย่อม ๆ ในฤดูฝน พืชพันธุ์จะอุดมสมบูรณ์ และมีเห็ดหลายชนิด ภาคกลางมีการผสมผสานระหว่างวัฒนธรรมด้านอาหารระหว่างไทยกับจีน ส่วนภาคใต้ ตั้งอยู่ในเขตร้อนที่มีพื้นที่ติดทะเล และมีต้นไม้สูงใหญ่นอกจากนี้ยังพบพืชแซมสวน แสดงให้เห็นว่าภาคใต้มีการประกอบอาชีพทำสวนอีกด้วย อีกทั้งยัง

¹ นิสิตภาควิชาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. /Thai language Department, Faculty of Humanities, Kasetsart University.

² อาจารย์ภาควิชาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. /Thai language Department, Faculty of Humanities, Kasetsart University.

³ อาจารย์ภาควิชาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. /Thai language Department, Faculty of Humanities, Kasetsart University.

สะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนไทยอีกด้วยว่าคนไทยมีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย ผูกพันกับธรรมชาติ จึงมักเลือกเอาผักพื้นบ้านหาได้ง่ายตามท้องถิ่นมาประกอบอาหาร

คำสำคัญ: (อาหารไทย 4 ภาค), (วัฒนธรรม), (การจัดกลุ่มความหมาย)

Abstract

This article is a part of a dissertation entitled “Dishes from 4 District Regions: Cultures Reflecting Ways of Life and Local Wisdom” aiming to study the relation between names of dishes and local wisdom. In this article, researcher chooses words from plant and plant products to analyze the Thai culture and local wisdom in 4 parts of Thailand. The findings indicated that plants’ name and their products found in Thai food point out to the geography of Thailand which is a humid and fertile forest with lots of water. Northern Thailand has a lower temperature more than others, it was quite cold and dry, most of the land is mountains and high ground. Northern East of Thailand found that most of the parts are sparse and bare forest with some trees, in rainy season it will be bountiful with variety of mushroom. Central of Thailand has mixed culture of food between Thai and Chinese. Southern part of Thailand situates in tropical area close to the sea, full with big trees and garden plant which indicated that southern people also are gardeners. The study indicated that Thai style of living was very simple, depending on nature, that’s why they usually use local vegetables to cook.

Keywords: (Dishes from 4 District Regions), (Culture), (Group of Meaning)



1. บทนำ

อาหารไทยมีความหลากหลายของชนิด เนื่องจากลักษณะทางภูมิประเทศที่แตกต่างกันทางตอนเหนือจะเต็มไปด้วยป่าไม้ และภูเขา ส่วนทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือจะเป็นที่ราบสูงและภูเขา ตอนกลางของประเทศจะเป็นที่ราบลุ่ม และมีแม่น้ำสายต่าง ๆ ทางตอนใต้จะเป็นภูเขา และชายฝั่งทะเล ซึ่งมีผลทำให้วัตถุดิบที่นำมาใช้ในการผลิตอาหารมีความแตกต่างกัน⁴ ดังที่ทวีทอง หงส์วิวัฒน์⁵ กล่าวว่าถึงแม้ลักษณะวัฒนธรรมอาหารการกินใหญ่ ๆ ของคนไทยอาจคล้ายกัน แต่อาหารเหล่านี้ก็มีรายละเอียดรสชาติที่แตกต่างกัน โดยอาจปรับเปลี่ยนชนิดและความมากมายของเครื่องเทศและเครื่องปรุงที่ใช้ให้สอดคล้องกับทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่น และรสนิยมของคน ดังนั้นอาหารไทยในแต่ละภาคจึงมีเอกลักษณ์ และสามารถบ่งบอกลักษณะของคนไทยในพื้นที่ที่แตกต่างกันได้

อาหารไทยในแต่ละภูมิภาคมีความหลากหลาย และวัตถุดิบได้มาจากธรรมชาติรอบตัวในชุมชน ซึ่งอาหารมักปรากฏชื่อวัตถุดิบและเป็นวัตถุดิบที่ได้จากธรรมชาติในท้องถิ่น เป็นวัตถุดิบพื้นบ้าน อยู่ใกล้ชิดกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่นแต่ละภูมิภาค จึงเป็นไปได้ว่าคำเรียกชื่ออาหารไทยทั้ง 4 ภาคจะสะท้อนชีวิต ความเป็นอยู่ของคนไทยในแต่ละภาคได้ ดังที่ชนกพร อังศุวิริยะ⁶ กล่าวว่าภาษาเป็นส่วนสำคัญยิ่งในการถ่ายทอดเอกลักษณ์วัฒนธรรมของท้องถิ่น แต่ละท้องถิ่นย่อมจะแตกต่างกันไปตามสภาพภูมิศาสตร์ ดังนั้นสิ่งที่นำไปบริโภคย่อมแตกต่างกันไปด้วย ภาษาหรือชื่อที่ใช้เรียกย่อมแตกต่างกัน แม้ว่าอาหารบางอย่างจะได้รับการส่งผ่านข้ามพื้นที่กัน แต่ด้วยระบบการขนส่งสื่อสาร และความเป็นอยู่ดั้งเดิมของคนกลุ่มนั้น ๆ ทำให้ชื่อเรียกมีความแตกต่างกัน แม้อาหารที่บริโภคจะเหมือนหรือคล้ายกันก็ตาม จึงเป็นที่น่าสนใจที่จะศึกษาความรู้ ความคิด ภูมิปัญญา วัฒนธรรม ตลอดจนมโนทัศน์ของคนในแต่ละภูมิภาคของไทยที่สะท้อนผ่านการตั้งชื่ออาหาร

คนไทยในอดีตใช้ภูมิปัญญาไทยที่เกิดจากการเรียนรู้ผสมผสานกับการนำเอาสิ่งที่มีอยู่ตามธรรมชาติของท้องถิ่นตนเองมาพัฒนาจนเกิดเป็นอาหารท้องถิ่น โดยมีกรรมวิธีการเตรียมและการประกอบอาหารในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไปโดยอาศัยกลไกของธรรมชาติเป็นตัวชี้แนะ

⁴ แสงอรุณ กนกพงศ์ชัย และคณะ, **อาหาร: ทรัพย์และสินแผ่นดินไทย**, (กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด, ๒๕๔๔.) หน้า ๑.

⁵ ทวีทอง หงส์วิวัฒน์, **อาหารกับสุขภาพในแนววัฒนธรรม**, (กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด, ๒๕๔๒) หน้า ๓.

⁶ ชนกพร อังศุวิริยะ, **การศึกษาชื่ออาหารในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาตามแนววรรคศาสตร์ชาติพันธุ์**, (รายงานการวิจัยภาควิชาสารัตถศึกษา. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, ๒๕๕๕), หน้า ๒.

(สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ,น.8 2552) จึงเป็นที่น่าสนใจว่าชื่ออาหารไทยในแต่ละภาคสามารถสะท้อนลักษณะร่วมกันของอาหารไทย รวมถึงลักษณะเฉพาะของท้องถิ่นได้อย่างไรบ้าง

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างภาษากับวัฒนธรรมจากคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี 1 ข้อ คือ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาคกับวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่น

3. วิธีดำเนินการวิจัย

1. การเตรียมการเก็บข้อมูล

1.1 การเตรียมการเก็บข้อมูลเบื้องต้น

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยเตรียมการเก็บข้อมูลผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เป็นบทความ หนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวคิดในการศึกษาคำเรียกอาหารในแต่ละภาค จากนั้นรวบรวมข้อมูลคำเรียกชื่ออาหารในแต่ละภาค เพื่อให้ได้รู้จักชื่ออาหารในแต่ละภาคเบื้องต้น

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยสำรวจและเก็บข้อมูลภาคสนามเบื้องต้น

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยศึกษาเรียนรู้ภาษาท้องถิ่นพอสั่งเขบก่อนลงพื้นที่วิจัย

ขั้นตอนที่ 4 ผู้วิจัยกำหนดช่วงเวลาเก็บข้อมูล ที่พัก ผู้ให้ข้อมูลหลัก และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

1.2 การคัดเลือกพื้นที่ที่ใช้ในการศึกษา

ผู้วิจัยคัดเลือกพื้นที่ที่เป็นตัวแทนในการศึกษาโดยใช้เกณฑ์จำนวนประชากรจำนวนมากที่สุดในแต่ละภูมิภาค จากสำนักทะเบียนกลาง กรมการปกครอง ประกาศเมื่อวันที่ 31 ธันวาคม พ.ศ. 2561 ดังนี้ จังหวัดเชียงใหม่เป็นตัวแทนภาคเหนือ จังหวัดอุบลราชธานีเป็นตัวแทนภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดชลบุรีเป็นตัวแทนภาคกลาง และจังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นตัวแทนภาคใต้

1.3 การคัดเลือกผู้บอกภาษา

ผู้วิจัยกำหนดคุณสมบัติผู้บอกภาษา ดังนี้

1) ระบุอายุ ผู้วิจัยกำหนดไว้ 2 ระบุอายุ คือระดับอายุที่ 1 อายุระหว่าง 25 – 40 ปี และระดับอายุที่ 2 อายุ 55 ปีขึ้นไป ระดับอายุละ 3 คน

2) ภูมิลำเนา ผู้วิจัยกำหนดให้จังหวัดเชียงใหม่เป็นตัวแทนภาษาภาคเหนือ จังหวัดอุบลราชธานีเป็นตัวแทนภาษาภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดชลบุรีเป็นตัวแทนภาษาภาคกลาง และ

จังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นตัวแทนภาษาภาคใต้ โดยคัดเลือกจากจำนวนประชากรที่มากที่สุดในแต่ละภาค โดยไม่รวมกรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยสอบถามผู้บอกภาษาโดยใช้ข้อมูลจากเอกสารชื่ออาหารไทย 4 ภาคตามที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นเป็นหลักในการสัมภาษณ์ผู้บอกภาษา โดยให้ผู้บอกภาษาในแต่ละภาคยืนยันว่าชื่อที่ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากเอกสารนั้นเป็นอาหารของภาคของผู้บอกภาษาหรือไม่

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

2.1 Ipad 2018 ใช้สำหรับจับบันทึกข้อมูล และข้อมูลเสียงบทสัมภาษณ์ผู้บอกภาษาในขั้นตอนการลงพื้นที่ภาคสนาม โดยผู้วิจัยจะนำข้อมูลและเสียงที่ได้บันทึกไว้มาเรียบเรียงรายละเอียดอีกครั้ง

2.2 โทรศัพท์เคลื่อนที่ ใช้สำหรับบันทึกภาพต่าง ๆ ระหว่างลงพื้นที่เก็บข้อมูลภาคสนาม

2.3 แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

3. การเก็บข้อมูลภาคสนาม

งานวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างภาษากับวัฒนธรรมจากคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาคเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Quality Research) โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์และสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant Observation) เป็นเทคนิคหลักในการเก็บรวบรวมข้อมูล

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเลือกใช้แนวคิดอรรถศาสตร์ชาติพันธุ์ โดยใช้ทฤษฎีต้นแบบเรื่องการจำแนกประเภทและการจัดกลุ่มทางความหมายของ Nida (1979) ในการวิเคราะห์โครงสร้างทางความหมาย ได้แก่ วงความหมาย และโครงสร้างความหมายของคำเรียก เพื่อนำมาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างชื่ออาหารกับวัฒนธรรมท้องถิ่น

4. ผลการวิจัย/ประเด็นที่ค้นพบจากการวิจัย

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาคกับวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นสามารถรวบรวมรายชื่ออาหารไทยทั้ง 4 ภาคได้ทั้งสิ้น 855 รายการ แบ่งเป็นภาคเหนือ 217 รายการ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 231 รายการ ภาคกลาง 191 รายการ และภาคใต้ 246 รายการ เมื่อนำมาจัดกลุ่มทางความหมายตามแนวคิดของ Nida ทำให้มองเห็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่นที่สำคัญหลายประการ ในบทความนี้จะขอกล่าวถึงด้านทรัพยากรธรรมชาติ ดังนี้

ทรัพยากรธรรมชาติ หมายถึง สิ่งที่ปรากฏอยู่ตามธรรมชาติ หรือเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ซึ่งมนุษย์นำมาใช้เพื่ออำนวยความสะดวก ทรัพยากรธรรมชาติทุกอย่างมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งสิ้น เช่น ดิน น้ำ อากาศ ป่าไม้ แร่ธาตุ ฯลฯ⁷

จากการศึกษาหน่วยอรรถของคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค พบหน่วยอรรถที่จัดเป็นทรัพยากรธรรมชาติ ได้แก่ คำที่อยู่ในกลุ่มความหมายพืชและผลผลิตจากพืช และสัตว์ผลผลิตจากสัตว์ ซึ่งเป็นหน่วยอรรถที่พบมากที่สุด 2 ลำดับแรก แสดงให้เห็นว่าพืชและผลผลิตจากพืช และสัตว์ผลผลิตจากสัตว์เป็นส่วนประกอบสำคัญของอาหารทุกภูมิภาคในประเทศไทย อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่าพืชและผลผลิตจากพืช และสัตว์ผลผลิตจากสัตว์มีความเหมือนและความแตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่น ที่สามารถแสดงอัตลักษณ์ความเป็นไทย และอัตลักษณ์ท้องถิ่นได้เป็นอย่างดี สามารถแสดงรายละเอียดได้ดังนี้

วัตถุดิบหลักที่พบได้ทุกภาคในประเทศไทย

จากการศึกษาหน่วยอรรถในวงความหมายพืชและผลผลิตจากพืชพบว่ามีชื่อพืชที่ปรากฏในรายการอาหารทั้งสิ้น 182 ชื่อ ภาคเหนือ 55 ชื่อ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 41 ชื่อ ภาคกลาง 23 ชื่อ และภาคใต้ 63 ชื่อ โดยขนุน ข้าว บอน กัลย ฟัก มะขาม และมะเขือเป็นพืชที่พบในรายชื่ออาหารทุกภาคของประเทศไทย สามารถอธิบายได้ดังนี้

ขนุนเป็นพืชเมืองร้อนพบได้บริเวณเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ก่อนจะแพร่มายังเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ โดยคำว่าขนุนเป็นภาษาไทยมาตรฐาน แต่เมื่อปรากฏในชื่อรายการอาหารท้องถิ่นจะมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไป ดังนี้ ภาษาไทยถิ่นเหนือ เรียกว่า บะหนูน ในรายการอาหาร แกงบะหนูน ภาษาไทยถิ่นตะวันออกเฉียงเหนือเรียกว่า บักมี ในรายการอาหาร แกงบักมี และซุบบักมี ภาษาถิ่นใต้ เรียกว่า ลูกหนูน ในรายการอาหาร แกงลูกหนูน และแกงทีลูกหนูน ส่วนภาษาไทยกลาง เรียกว่า ขนุน พบในรายการอาหาร ต้มขนุนใส่ปลาร้า

ส่วนข้าวที่ปลูกในปัจจุบันเป็นข้าวเอเชียเป็นข้าวลูกผสม เกิดจาก *Oryza sativa* กับข้าวป่า มีถิ่นกำเนิดบริเวณประเทศอินเดีย บังคลาเทศ และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ปลูกกันอย่างแพร่หลายตั้งแต่อินเดีย ตอนเหนือของบังคลาเทศ บริเวณดินแดนสามเหลี่ยมระหว่างพม่า ไทย ลาว เวียดนาม

⁷ อรพิน กาบสลับ, การมีส่วนร่วมของเกษตรกรผู้เลี้ยงกุ้งในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมป่าชายเลน ในชุมชนลุ่มแม่น้ำเวฬุ, (ปัญหาพิเศษรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๙), น.๒๐.

และจีนตอนใต้⁸ ข้าวที่พบในรายชื่ออาหารไทย 4 ภาคมีชื่อเรียกว่า ข้าว เหมือนกันทั้ง 4 ภาค ปรากฏในรายการอาหารดังนี้ ภาคเหนือ พบในรายการอาหาร ข้าวจี๋ ข้าวต้มหัวหงอก ข้าวกันจิ้น ข้าวซอย ข้าวปายปลาทุบั้ง ข้าวหนิงกา ข้าวส้ม ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบในรายการอาหาร ข้าวปุ้น และข้าวจี๋ ภาคกลาง พบในรายการอาหาร ข้าวแช่ ข้าวมันส้มตำ ข้าวต้ม ภาคใต้ พบในรายการอาหาร ข้าวมันแกงไก่ ข้าวคดลูกเคย ข้าวผัดน้ำพริกกะปิ ข้าวย่ำ ข้าวหมก ข้าวมันกุ้ง

บอน เป็นพืชที่ปลูกง่ายขึ้นเองบริเวณที่ลุ่มหรือบริเวณริมน้ำ ริมน้ำธาร พืชวงศ์บุกบอน เป็นไม้ล้มลุกที่พบได้ทั่วโลก แต่พบมากในเขตร้อนชื้น ในประเทศไทยพบประมาณ 30 สกุล 210 ชนิด ในทุกภาคของประเทศ บริเวณพื้นที่ที่มีป่าอุดมสมบูรณ์และมีความชุ่มชื้นสูง โดยเฉพาะป่าดิบชื้นในภาคใต้ของประเทศ⁹ เมื่อปรากฏในชื่อรายการอาหารท้องถิ่นจะมีชื่อเรียกแตกต่างกันออกไป ดังนี้ ภาษาไทยเหนือ เรียกว่า ตูน พบในรายการ แกงตุน ภาษาไทยถิ่นตะวันออกเฉียงเหนือเรียกว่า บอน ในรายการอาหาร อ่อมบอนใส่ไข่มดแดง ภาษาถิ่นใต้เรียกว่า อ้อดิบ ในรายการอาหาร แกงส้มอ้อดิบ และในภาษาไทยกลาง เรียกว่า บอน ในรายการอาหาร แกงบอน

กล้วย มีถิ่นกำเนิดในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้เป็นผลไม้ที่ปลูกได้ทุกพื้นที่และทุกภูมิภาคของประเทศไทย คนไทยปลูกกล้วยโดยทั่วไป และมีผลตลอดปี¹⁰ กล้วยเป็นพืชที่พบในชื่ออาหารไทยครบทั้ง 4 ภาค โดยส่วนของกล้วยที่นิยมนำมาประกอบอาหารคือ ผลกล้วย และปลี พบในรายชื่ออาหารไทยทั้ง 4 ภาค ดังนี้ ภาคเหนือ ได้แก่ คั่วปลี ห่อหนึ่งปลี ยำปลี ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ แกงหัวปลี หมกหัวปลี ส่าปลี ตากกล้วยตานี ภาคกลาง ได้แก่ ยำหัวปลี ภาคใต้ ได้แก่ แกงหัวปลี แกงจืดปลีกล้วย แกงทูปปลีกล้วย แกงส้มปลีกล้วย ต้มยำหัวปลีใส่ไก่ หัวปลีทอด ผัดหัวปลี ปลีกล้วย ลวกทึ่ แกงไก่ใส่กล้วย

ฟักเขียว เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในเขตร้อนและกึ่งร้อนในแถบประเทศจีน เม็กซิโก และชวา จากนั้นมีการแพร่กระจายไปยังญี่ปุ่น นอกจากนี้ยังมีการปลูกกันอย่างกว้างขวางในแถบเอเชีย

⁸ มูลนิธิข้าวไทยในพระบรมราชูปถัมภ์. **จุดกำเนิดและประวัติข้าวไทย**, (ม.ป.ป. (ออนไลน์) แหล่งที่มา <https://thairice.org/?p=582>)

⁹ วงศ์สถิต ธีวกุล. **อนุกรมวิธานพืชสมุนไพร**. (กรุงเทพมหานคร: วรานนท์เอ็นเตอร์ไพรส์, ๒๕๔๘), หน้า ๓๑๖.

¹⁰ สุทธิ แสงสีไลด, “กล้วย : ผลไม้สารพัดประโยชน์”, (วารสารกรมวิทยาศาสตร์บริการ. ปีที่ ๔๘ ฉบับที่ ๑๕๓ (พฤษภาคม ๒๕๕๓): ๓-๕), หน้า ๓.

ตะวันออกเฉียงใต้ ฟิลิปปีนส์ หมู่เกาะทางตอนใต้ของแปซิฟิก และอินเดีย¹¹ พักเขียวเป็นพืชที่พบในรายชื่ออาหารไทยทั้ง 4 ภาค โดยภาคกลาง ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้มีชื่อเรียกเดียวกันคือ พัก ส่วนภาคเหนือเรียก บะพักหม่น จากการศึกษาพบรายการอาหารที่มีหน่วยบรรณ พัก ดังนี้ ภาคเหนือ ได้แก่ แกงบะพักหม่น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ อ่อมไก่ใส่พัก ภาคกลาง ได้แก่ ต้มพัก และภาคใต้ ได้แก่ แกงส้มปลากะพงใส่พักเขียว

มะขาม เป็นไม้ยืนต้นตระกูลถั่วที่มีขนาดใหญ่ เดิมเป็นพืชพื้นเมืองของทวีปแอฟริกา ปัจจุบันมีกระจายทั่วไปในเขตร้อน ในประเทศไทยเรามักพบเห็นมะขามกระจายอยู่ทั่วไปตามที่ไร่ ที่นา ที่สาธารณะ และที่บ้าน ทั่วทุกภาคของประเทศ¹² มะขามเป็นพืชที่พบในอาหารไทยทั้ง 4 ภาค คำว่ามะขาม เป็นคำเรียกในภาษาไทยกลาง พบในรายการอาหาร น้ำพริกมะขามสด ส่วนภาษาไทยถิ่นเหนือ เรียก บะขาม พบในรายการอาหาร ส้ายอดบะขาม ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเรียก บักขาม พบในรายการอาหาร ต้มไก่ใส่ปักขามอ่อน น้ำพริกมะขามสด ภาคใต้พบการเรียก 3 แบบ ทั้ง มะขามขาม และส้มขาม พบในรายการอาหารต้มทิโปขามใส่ไข่มดแดง กุ้งผัดมะขามเปียก ปลูกมะขามเปียก น้ำชุบส้มขาม

มะเขือ เป็นพืชข้ามปีสามารถเจริญเติบโตได้ในดินแทบทุกชนิด แต่ชอบดินร่วนซุยที่มีความอุดมสมบูรณ์ดี มีการระบายน้ำดี ต้องการแสงแดดเต็มที่ตลอดทั้งวัน สามารถปลูกได้ทั่วทุกภาคของประเทศไทยและสามารถปลูกได้ตลอดทั้งปีจัดอยู่ในกลุ่มของพืชผักสวนครัวชนิดหนึ่งที่ใช้บริโภคส่วนของผล มะเขือเป็นพืชผักเมืองร้อนที่ใช้ส่วนผลบริโภคเป็นอาหาร ตามประวัติกล่าวไว้ว่า มะเขือเป็นพืชพื้นเมืองของอินเดีย ซึ่งต่อมาได้แพร่หลายเข้าไปในทวีปยุโรปและอเมริกา¹³ คำเรียกมะเขือแตกต่างกันออกไปตามแต่ละท้องถิ่น ภาคเหนือเรียก บะเขือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเรียก บักเขือ ภาคกลางและภาคใต้เรียกเหมือนกันคือ มะเขือ โดยมะเขือที่พบในอาหารไทย 4 ภาค แบ่งออกเป็นหลายชนิด ได้แก่ มะเขือพวง มะเขือยาว และมะเขือเทศ มะเขือที่พบในภาคเหนือ ได้แก่ มะเขือเปราะ มะเขือเทศ มะเขือยาว มะเขือขึ้นน้ำพริกบะเขือพวย (มะเขือพวง) น้ำพริกบะเขือส้ม (มะเขือเทศ) คั่วบะหอยบะเขือ (มะเขือเปราะ) คั่วบะเขือคะมำ (มะเขือยาว) ตำบะเขือคะมำ (มะเขือยาว) ตำบะ

¹¹ พรไพรินทร์ รุ่งเจริญทอง, การศึกษาลักษณะประจำพันธุ์และการขยายเมล็ดพันธุ์ของเชื้อพันธุ์กรรมพักเขียว, ปัญหาพิเศษปริญญาโท, (บัณฑิตวิทยาลัย:มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๓), หน้า ๑.

¹² สุพร อามฤตโชค, มะขามพืชพื้นบ้านที่มากด้วยคุณค่า, (เทคโนโลยีที่เหมาะสม. ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๓๕): ๖๑-๗๐), หน้า ๖๑-๖๒.

¹³ อาริยา อินทร์เอียง, ประเมินระดับความสามารถการทนเค็มของมะเขือ ๑๑ พันธุ์, ปัญหาพิเศษปริญญาโท, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๕๗), หน้า ๑.

ถั่วบะเชื่อ (มะเขือเปราะ) ยำบะถั่วบะเชื่อ (มะเขือเปราะ) ล้าบะเชื่อแจ้ (มะเขือขื่น) ล้าบะเชื่อพวย (มะเขือพวง) ส่วนมะเขือที่พบในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ ชุบบะเชื่อ (มะเขือเปราะ) ชุบบะเชื่อยาว ภาคกลาง ยำมะเขือ และภาคใต้ แกงทิหมุทอดมะเขือพวง คั่วหมุทอดมะเขือพวง

จะเห็นได้ว่าพืชที่พบร่วมกันทั้ง 4 ภาคข้างต้นทั้งหมดเป็นพืชเขตร้อน และสามารถพบได้แพร่หลายในเมืองร้อนทั้งแถบเอเชียและแอฟริกา ซึ่งทั้ง 2 ถิ่นอยู่ในเขตร้อนเช่นเดียวกัน มีแสงแดดจ้า มีป่าอุดมสมบูรณ์และมีความชุ่มชื้นสูง เจริญเติบโตได้ดีใกล้แหล่งน้ำ แสดงให้เห็นถึงลักษณะภูมิอากาศและภูมิประเทศของประเทศไทยว่าตั้งอยู่ในเขตร้อน มีแสงแดดจัด อีกทั้งยังมีป่าไม้อุดมสมบูรณ์ และมีแหล่งน้ำจืดที่พอเพียง ทำให้เหมาะแก่การเจริญเติบโตของพืชเมืองร้อน ที่มีความชื้นพอเหมาะ เราจึงสามารถพบการนำพืชเมืองร้อนดังกล่าวไปประกอบอาหารได้ทั่วทุกภาคของไทย นอกจากนี้พืชทั้ง 7 ชนิด ยกเว้นข้าว ยังเป็นพืชที่เจริญเติบโตได้ง่าย และให้ผลตลอดทั้งปี ทำให้สามารถนำไปประกอบอาหารได้ทุกฤดูกาล ประชาชนทั่วทุกภาคจึงนำไปประกอบอาหารได้หลากหลาย

ผลการศึกษาเป็นรายภาคจะพบว่าพืชที่พบในรายการอาหารภาคเหนือเพียงภาคเดียวมีทั้งสิ้น 17 ชื่อ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ 2 ชื่อ ภาคใต้ 20 ชื่อ อย่างไรก็ตามพืชบางชนิดถึงแม้ว่าจะชื่อจะปรากฏภาคใดภาคหนึ่งเพียงภาคเดียว แต่อาจเป็นส่วนประกอบของอาหารในภาคอื่นได้ ผู้วิจัยจึงได้ทำการตรวจสอบจากตำราอาหารและการสัมภาษณ์ผู้บอกภาษาเพื่อให้ได้ข้อมูล ผักพื้นบ้านประจำท้องถิ่นที่ไม่ปรากฏในภาคอื่น สามารถสรุปได้ดังนี้

พืชที่พบเฉพาะในอาหารภาคเหนือมีทั้งสิ้น 5 ชนิด ได้แก่ ผักขี้หูด มะระหวาน ผักแม้ว ผักเหือก และมะแขว่น พบในรายการอาหารดังต่อไปนี้ คั่วผักขี้หูด จอผักปลั่ง ผักแม้วผัดน้ำมันหอย (มะระหวาน) แกงผักเหือก ยำผักเหือก แกงผักไก่ไล่มะแขว่น

พืชที่พบเฉพาะในอาหารภาคกลางมีทั้งสิ้น 1 ชนิด ได้แก่ กะเพรา พบในรายการอาหารดังตัวอย่างต่อไปนี้ หมูผัดกระเพรา ไก่ผัดกระเพรา ปลาหมึกผัดกระเพรา เป็นต้น

กะเพรา กะเพราเป็นพืชล้มลุกที่พบได้ในเขตร้อนทั่วไป พบได้ทั่วไปในเมืองร้อนแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้¹⁴

พืชที่พบเฉพาะในอาหารภาคใต้มีทั้งสิ้น 7 ชนิด ได้แก่ ใบตำมั่ง เหยียง ระกำ ละมุด ลูกเขาคัน ลูกประ ลูกตอ พบในรายการอาหารดังต่อไปนี้ ดังต่อไปนี้ คั่วใบตำมั่ง น้ำชุบใบตำมั่ง แกงทิโบ

¹⁴ สุกกันยา ตระกูลทวีพัฒน์, การศึกษาการทำแห้งใบกะเพราด้วยเทคนิคอุณหภูมิต่ำและความชื้นต่ำ, วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, ๒๕๖๐), หน้า ๓.

เหรียญยอดพร้าวทุ้งสด แกงลูกเหรียญใส่หมู แกงส้มระกำปลาหัวอ่อน น้ำซุบระกำ แกงส้มมุด แกงส้มลูกเขาคันใส่ทุ้ง น้ำซุบลูกประ น้ำซุบลูกอีก แกงลูกอีกเนื้ออย่าง ผัดเผ็ดลูกอีกใส่หมู ต้มเค็มหน่อไม้ลูกตอ ต้มเค็มยอดพร้าวลูกตอ ผัดลูกตอใส่หมู ผัดลูกตอใส่ทุ้ง ผัดเผ็ดลูกตอใส่ทุ้ง

ผลการศึกษาถึงส่วนประกอบอาหารจะเห็นได้ว่าพืชที่พบเฉพาะในอาหารภาคเหนือเป็นผักทั้งหมด พืชที่พบในอาหารภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นเห็ดทั้งหมด ภาคกลางมีเพียงกะเพราชนิดเดียว ซึ่งปรากฏชื่อเฉพาะในผักกะเพราเท่านั้น แต่ใบกะเพรายังเป็นส่วนประกอบของแกงเผ็ด และแกงป่าซึ่งเป็นกรรมวิธีการประกอบอาหารที่พบเฉพาะในภาคกลางเท่านั้น ส่วนภาคใต้จะพบว่าพืชที่แตกต่างจากภาคอื่นมากที่สุด เนื่องจากเป็นภาคสภาพภูมิอากาศและภูมิประเทศที่แตกต่างจากภาคอื่น เนื่องจากมีพื้นที่ติดทะเล ทำให้ได้รับอิทธิพลจากลมมรสุม ภาคใต้จึงมีเพียง 2 ฤดูกาลเท่านั้นคือฤดูร้อนและฤดูฝน นอกจากนี้ยังพบการนำผลไม้มาเป็นส่วนประกอบของอาหารอีกด้วย

พืชและส่วนประกอบของพืชที่ปรากฏในคำเรียกชื่ออาหารในแต่ละภาคของไทย สะท้อนให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์ของภูมิภาคทั้ง 4 ภูมิภาค สามารถอธิบายได้ดังนี้

ภาคเหนือ

จะเห็นได้ว่าพืชท้องถิ่นที่คนไทยนำมาประกอบอาหารนั้นจะเป็นพืชที่พบในเขตอบอุ่น อุณหภูมิไม่สูงมาก อากาศเย็นและแห้งและชื้นได้ในที่ลาดชัน หรือไหล่เขา แสดงให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์ของภาคเหนือ ว่ามีอุณหภูมิต่ำกว่าภูมิภาคอื่น ๆ ในประเทศไทย มีอากาศที่เย็นและแห้ง พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นภูเขา

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

พบเห็ดหลากหลายชนิด มักขึ้นในป่าโปร่งหรือป่าละเมาะ ซึ่งมีลักษณะเป็นที่โล่ง มีต้นไม้ขึ้นเป็นหย่อม ๆ ซึ่งสอดคล้องกับที่สำนักงานเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ¹⁵ ที่กล่าวว่า ภาคตะวันออกเฉียงเหนือในฤดูฝน น้ำหลาก พืชพันธุ์อุดมสมบูรณ์ ในพื้นที่ป่าก็จะเต็มไปด้วยเห็ดหลากหลายชนิด ทำให้อาหารอีสานนั้นมีเห็ดเป็นส่วนประกอบค่อนข้างมาก

ภาคกลาง

จะเห็นได้ว่ามีเพียงกะเพราที่พบแตกต่างจากภาคอื่น ๆ โดยกะเพราเป็นพืชเขตร้อน แสดงให้เห็นว่าภาคกลางมีอากาศร้อน และอยู่ในเขตร้อน ถึงแม้ว่ากะเพราจะปลูกได้ทั่วทุกภาคของประเทศไทย แต่กะเพรากลับได้รับความนิยมในการนำมาเป็นส่วนประกอบของอาหารของภาคกลาง

¹⁵ สำนักงานเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ, สารานุกรมภูมิปัญญาอาหาร, (กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน), ๒๕๓๓), หน้า ๘.

มากกว่าภาคอื่น โดยเฉพาะผักกะเพรา ประยูร อุสุชาภา¹⁶ กล่าวว่า กะเพราผักพริกเป็นของที่เพิ่งนิยมกันเมื่อ 30 กว่าปีมานี้เอง ก่อนนี้นิยมใส่ผักเผ็ดหรือแกงป่า แกงต้มยำไฮก้อกัน พริกชี้หมูโขลกให้แหลก เอน้ำมันใส่กระทะ ร้อนแล้วใส่กระทะเทียมลบลงไปเจียวพอหอม ก็ใส่เนื้อลั๊บ หมูลั๊บ หรือไก่ลั๊บกั๊ได้ ใส่พริกที่โขลกแล้วผัดจนสุก ใส่ใบกะเพรา เหยาะน้ำปลากับซีอิ๊วเล็กน้อย แล้วตักใส่จาน เนื่องจากการผัดเผ็ดกะเพรานี้ คนจีนได้ดัดแปลงมาจากอาหารไทย ตำรับเดิมเขามีเต้าเจี้ยวด้วย คือเอาเต้าเจี้ยวตำคั้บกับกระทะเทียมเจียวให้หอม แล้วจึงเอาเนื้อลั๊บหรือไก่หั่นเป็นชิ้นๆ ลงไปผัดกับน้ำปลา และซีอิ๊วคั้บ เมื่อตักใส่จานต้องเหยาะพริกไทยเล็กน้อย ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่ากะเพราเป็นอาหารที่ได้รับอิทธิพลจากจีน แสดงให้เห็นถึงการผสมผสานระหว่างวัฒนธรรมด้านอาหารระหว่างไทยกับจีนในภาคกลางได้เป็นอย่างดี

ภาคใต้

พืชที่ปรากฏเป็นส่วนประกอบในชื่ออาหารภาคใต้เป็นพืชเขตร้อน ชอบแสงแดด ขึ้นอยู่ตามที่ขึ้นใน หุบเขา ตามริมลำธาร ในป่าดงดิบจนถึงป่าพรุ และพื้นที่ที่สูงกว่าระดับน้ำทะเลไม่มาก มีลำต้นใหญ่ แสดงให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์ของภาคใต้ที่ตั้งอยู่ในเขตร้อน ที่มีพื้นที่ติดทะเล และมีต้นไม้สูงใหญ่ นอกจากนี้สะตอยังเป็นพืชแซมสวน แสดงให้เห็นว่าภาคใต้มีการประกอบอาชีพทำสวนอีกด้วย

นอกจากพืชและส่วนประกอบของพืชในอาหารไทย 4 ภาคจะสะท้อนให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์แล้ว ยังสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนไทยอีกด้วยว่าคนไทยมีวิถีชีวิตที่เรียบง่ายผูกพันกับธรรมชาติ จึงมักเลือกเอาผักพื้นบ้านมาประกอบอาหาร โดยผักที่นำมาประกอบอาหารมักเป็นผักที่หาได้ง่ายตามท้องถิ่นดังที่กล่าวไปแล้วข้างต้น จากการสัมภาษณ์พบข้อมูลตรงกันว่าการเลือกรายการอาหารที่จะประกอบในแต่ละมื้อขึ้นอยู่กับว่าสามารถหาพืชชนิดใดได้ และยังพบอีกว่าเนื้อสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารส่วนใหญ่ไม่เฉพาะเจาะจง สามารถใส่เนื้อสัตว์ที่สามารถหาได้ง่ายหรือหากไม่สามารถหาเนื้อสัตว์ได้ก็ไม่จำเป็นต้องใส่เนื้อสัตว์ แสดงให้เห็นความเรียบง่ายของคนไทยได้เป็นอย่างดี

5. บทสรุป

การศึกษานามอาหารไทย 4 ภาค : วัฒนธรรมอันสะท้อนวิถีชีวิตและภูมิปัญญาท้องถิ่น การศึกษาคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค เฉพาะด้านภาษาสะท้อนด้านทรัพยากรธรรมชาติด้านพืช แสดงให้เห็นถึงพืชพรรณตามธรรมชาติของประเทศไทย และพืชพรรณเฉพาะท้องถิ่น 4 ภาค

¹⁶ ประยูร อุสุชาภา, *อาหารรสพิเศษของคนโบราณ*, (กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด, ๒๕๓๑), หน้า ๗๘.

การพบข้าวในทุกภาคของไทย แสดงให้เห็นว่าอาหารหลักของคนไทยคือ ข้าว นอกจากนี้ ผลการศึกษาเป็นรายภาค ยังเห็นได้ว่า ข้าวในภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นข้าวเหนียว ภาคกลางและภาคใต้เป็นข้าวเจ้า ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวในศิลาจารึกหลักที่ 1 ที่ว่า เมืองสุโขทัยนี้ ดี ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว นอกจากนี้จากรายงานสถานการณ์การเพาะปลูกข้าวปี 59/60 รอบที่ 1 ของกรมการค้าข้าวระบุว่า ภาคเหนือ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นภาคที่การปลูกข้าวเหนียว มากกว่าภาคกลางและภาคใต้ แสดงให้เห็นว่าประชากรในภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นิยมบริโภคข้าวเหนียวมากกว่าประชากรในภาคกลางละภาคใต้

ภาคกลางไม่ค่อยมีพืชที่แตกต่างจากภาคอื่น แสดงให้เห็นถึงความหลากหลายของผู้คนที่อาศัยอยู่ในภาคกลาง ทำให้เกิดการผสมผสานระหว่างวัฒนธรรม รวมถึงวัฒนธรรมด้านอาหารด้วย จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติระบุว่า ข้อมูลจากสำมะโนประชากรและเคหะใน 3 ทศวรรษที่ผ่านมา (พ.ศ. 2523 พ.ศ. 2533 และ พ.ศ. 2543) แสดงให้เห็นภาพการย้ายถิ่นในประเทศของคนไทย อย่างชัดเจน โดยส่วนใหญ่เป็นการย้ายจากภาคต่าง ๆ เข้ามาสู่เมืองหลักและเมืองรอง และเป็นการย้ายถิ่นเข้ากรุงเทพมหานครมากที่สุด อย่างไรก็ตามข้อมูลจากสำมะโนประชากรและเคหะสะท้อนให้เห็นภาพที่น่าสนใจอย่างยิ่ง คือในรอบทศวรรษที่ผ่านมา ลักษณะการย้ายถิ่นของคนไทยเปลี่ยนไป แม้ว่ากรุงเทพฯ ยังคงเป็นศูนย์กลางรับผู้ย้ายถิ่นจากทุกภาค แต่พบว่าประชากรย้ายเข้าภาคกลางมากที่สุด¹⁷

จะเห็นได้ว่าการศึกษาคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค เฉพาะวงความหมายในกลุ่มพืช ส่วนประกอบของพืชสะท้อนให้เห็นถึงสภาพทางภูมิศาสตร์ของภูมิภาคทั้ง 4 ภูมิภาคของไทย ทั้งความเหมือนและความแตกต่าง ซึ่งหากวิเคราะห์วงความหมายอื่น ๆ ในที่พบชื่ออาหาร อาจทำให้เราเห็นภาพของภาคต่าง ๆ ชัดเจนยิ่งขึ้น

6. องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

การศึกษานามอาหารไทย 4 ภาค : วัฒนธรรมอันสะท้อนวิถีชีวิตและภูมิปัญญาท้องถิ่น การศึกษาคำเรียกชื่ออาหารไทย 4 ภาค เฉพาะด้านภาพสะท้อนด้านทรัพยากรธรรมชาติด้านพืช แสดงให้เห็นถึงลักษณะทางภูมิศาสตร์และวิถีชีวิตอันเรียบง่ายและผูกพันกับธรรมชาติในท้องถิ่นของคนไทยทุกภูมิภาคได้เป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังแสดงให้เห็นว่าอาหารจีนเข้ามามีอิทธิพลต่ออาหารไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคกลางและภาคใต้ ซึ่งสอดคล้องกับที่เจษฎา นิลสงวนเดชะ กล่าวว่ามีบริเวณแหลมมลายูและบริเวณภาคใต้ของประเทศไทยเป็นดินแดนที่มีทั้งกลุ่มชนที่อาศัยอยู่มาแต่เดิม และ

¹⁷ สำนักงานสถิติแห่งชาติ, *ย้ายถิ่นเรื่องธรรมดาที่ไม่ธรรมดา*, (๒๕๖๒ (ออนไลน์) แหล่งที่มา <http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/pop/%E0%B8%A2%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%96%E0%B8%B4%E0%B9%88%E0%B8%99.aspx>).

กลุ่มชนที่อพยพเข้ามา ทำให้บริเวณแหลมมลายูมีความหลากหลายของชาติพันธุ์ ชาวจีนเริ่มเข้ามาในบริเวณดังกล่าวตั้งแต่พุทธศตวรรษที่ 7 และเริ่มเข้ามามากขึ้นในสมัยรัชกาลที่ 5 โดยชาวจีนฮกเกี้ยนเป็นกลุ่มจำนวนคนจีนใหญ่ที่สุดในภาคใต้ ส่วนในภาคกลางจะเป็นชาวจีนแต้จิ๋ว โดยจะตั้งถิ่นฐานตามชายฝั่งทะเลตะวันออก ตั้งแต่จังหวัดตราด จันทบุรี ระยอง ชลบุรี ฉะเชิงเทรา และกรุงเทพฯ



เอกสารอ้างอิง

เจษฎา นิลสงวนเดชะ. “มอง “สังคมชาวจีนภาคใต้ของไทย” ผ่านพระราชหัตถเลขา **พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว**คราวเสด็จประพาสแหลมมลายู ร.ศ.109”. วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 (มกราคม-มิถุนายน 2562): 178-215.

ชนกพร อังศุวิริยะ. “การศึกษาชื่ออาหารในอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลาตามแนว **อรรถศาสตร์ชาติพันธุ์**”. รายงานการวิจัยภาควิชาสารัตถศึกษา. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2555.

ทวีทอง หงษ์วิวัฒน์. **อาหารกับสุขภาพในแนววัฒนธรรม**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด, 2541.

ประยูร อุรุชาภูงะ. **อาหารรสพิเศษของคนโบราณ**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แสงแดด. 2531.

ประสิทธิ์ เงินชัย. “การดำรงอยู่และบทบาทของวัฒนธรรมจีนในภาคตะวันออก”. วารสาร **การเมือง การบริหาร และกฎหมาย**. ปีที่ 6 ฉบับที่ 2 (พฤษภาคม-สิงหาคม 2557): 63-75.

พรไพรินทร์ รุ่งเจริญทอง. “การศึกษาลักษณะประจำพันธุ์และการขยายเมล็ดพันธุ์ของ **เชื้อพันธุ์กรรมฟักเขียว**”. ปัญหาพิเศษปริญญาโท. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2543.

มูลนิธิข้าวไทยในพระบรมราชูปถัมภ์. **จุดกำเนิดและประวัติข้าวไทย**. ม.ป.ป. (ออนไลน์) แหล่งที่มา <https://thairice.org/?p=582>

วงศ์สถิต ฉั่วกุล. **อนุกรมวิธานพืชสมุนไพร**. กรุงเทพมหานคร : วรานนท์เอ็นเตอร์ไพรส์, 2548.

สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน). **สารานุกรมภูมิปัญญาอาหาร**. กรุงเทพฯ : สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจจากฐานชีวภาพ (องค์การมหาชน), 2537.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. **ย้ายถิ่นเรื่องธรรมดาที่ไม่ธรรมดา**. 2562 (ออนไลน์) แหล่งที่มา <http://www.nso.go.th/sites/2014/Pages/pop/%E0%B8%A2%E0%B9%89%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%96%E0%B8%B4%E0%B9%88%E0%B8%99.aspx>.

สุนทรีย์ แสงสีโสต. **“กล้วย : ผลไม้สารพัดประโยชน์”**. วารสารกรมวิทยาศาสตร์บริการ. ปีที่ 48 ฉบับที่ 153 (พฤษภาคม 2543): 3-5.

สุพร อัมฤตโชค. **“มะขามพืชพื้นบ้านที่มากด้วยคุณค่า”**. เทคโนโลยีที่เหมาะสม. ปีที่ 10 ฉบับที่ 3 (กรกฎาคม-กันยายน 2535): 61-70.

สุภกัญญา ตระกูลทวีพัฒน์. **“การศึกษาการทำแห้งใบกะเพราด้วยเทคนิคอุณหภูมิต่ำและความชื้นต่ำ”**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, 2560.

แสงอรุณ กนกพงศ์ชัย. **อาหาร: ทรัพย์และสินแผ่นดินไทย**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แสงแดด, 2544.

อรพิน กาบสลับ. **“การมีส่วนร่วมของเกษตรกรผู้เลี้ยงกิ้งในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมป่าชายเลน ในชุมชนลุ่มแม่น้ำเวฬุ”**. ปัญหาพิเศษรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, 2549.

อาริยา อินทร์เอียด. **“ประเมินระดับความสามารถการทนเค็มของมะเขือ 11 พันธุ์”**. ปัญหาพิเศษปริญญาโท. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2557.

