



การสืบทอดภูมิปัญญาด้านอาหาร ผ่านการออกแบบผลิตภัณฑ์: เกลือหวานปัตตานีและสะตอดอง

โดย: วิสวา สุวรรณกระจ่าง

สารสังเขป

เกลือหวานปัตตานีเป็นวัตถุดิบพื้นถิ่นที่สำคัญซึ่งได้มาจากวิธีการทำนาเกลือแบบดั้งเดิมที่ได้รับการอนุรักษ์สืบทอดมาหลายชั่วอายุคน มีบทบาทสำคัญในการถนอมอาหารและเป็นส่วนประกอบพื้นฐานในอาหารภาคใต้ โดยเฉพาะ สะตอดอง ซึ่งเป็นอาหารที่ขึ้นชื่อเรื่องรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์และกรรมวิธีการผลิต อย่างไรก็ตาม การถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านการทำอาหารที่เกี่ยวข้องกับการใช้เกลือหวานในการเตรียมอาหารแบบดั้งเดิมนั้น พบกับความท้าทายหลักสองประการ ได้แก่ 1) ความไม่แม่นยำในการเผยแพร่สูตรอาหาร รวมถึงความไม่สอดคล้องของสัดส่วนส่วนผสม และ 2) บริบททางวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับเกลือหวานที่ลดน้อยลง ทำให้ขาดความตระหนักถึงแหล่งที่มาและกระบวนการผลิต ปัญหาเหล่านี้ส่งผลให้รสชาติของสะตอดองแตกต่างกันไปในแต่ละรุ่น ซึ่งอาจนำไปสู่การสูญเสียอัตลักษณ์ดั้งเดิมได้ บทความนี้มุ่งนำเสนอการตรวจสอบการอนุรักษ์และการถ่ายทอดมรดกทางอาหารผ่านกรณีศึกษา สะตอดองปัตตานี โดยเน้นย้ำถึงบทบาทสำคัญของเกลือหวานปัตตานีในการกำหนดลักษณะรสชาติที่เป็นเอกลักษณ์ นอกจากนี้ยังนำเสนอแนวทางการออกแบบที่มุ่งเน้นการพัฒนาเครื่องมือที่อำนวยความสะดวกในการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านการทำอาหารแบบดั้งเดิมอย่างแม่นยำและมีความหมาย การศึกษานี้ได้บูรณาการหลักการออกแบบที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่ การออกแบบเพื่อประโยชน์ใช้สอย (Functional Design) ซึ่งมุ่งเน้นการสร้างเครื่องมือวัดที่แม่นยำเพื่อเพิ่มความถูกต้องในการใช้เกลือหวาน และการออกแบบเพื่อสร้างอารมณ์ (Emotional Design) ซึ่งมุ่งที่จะฝังเรื่องราวทางวัฒนธรรมไว้ในกระบวนการออกแบบผลิตภัณฑ์ผ่านรูปแบบและความสวยงามที่ได้รับแรงบันดาลใจจากภาพลักษณ์ของนาเกลือ ด้วยการสังเคราะห์แนวทางเหล่านี้ ผลลัพธ์ของการออกแบบที่นำเสนอมีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างทั้งความแม่นยำทางเทคนิคในการเตรียมอาหารและการอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรม เพื่อให้มั่นใจได้ถึงการถ่ายทอดแนวปฏิบัติการทำอาหารแบบดั้งเดิมของปัตตานีไปยังคนรุ่นหลังอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: การออกแบบผลิตภัณฑ์, การอนุรักษ์มรดกทางอาหาร, เกลือหวานปัตตานี

Pattani sweet salt is a significant local ingredient derived from traditional salt farming methods that have been preserved through generations. It plays a vital role in food preservation and serves as a fundamental component in Southern Thai cuisine, particularly in pickled sataw, a dish recognized for its distinctive taste and production techniques. However, the transmission of culinary knowledge regarding the use of sweet salt in traditional food preparation encounters two primary challenges: 1) inaccuracies in recipe dissemination, including inconsistencies in ingredient proportions, and 2) the diminishing cultural context associated with sweet salt, leading to a lack of awareness regarding its origins and production processes. These challenges contribute to variations in the taste of pickled sataw across generations, potentially resulting in the loss of its original identity. This article examines the preservation and transmission of culinary heritage through the case study of pickled sataw from Pattani, emphasizing the pivotal role of Pattani sweet salt in defining its unique flavor profile. Furthermore, it proposes a design-oriented approach to developing tools that facilitate the accurate and meaningful transfer of traditional culinary knowledge. The study integrates two key design principles: Functional Design, which focuses on creating precise measurement tools to enhance accuracy in the use of sweet salt, and Emotional Design, which seeks to embed cultural narratives within product design through forms and aesthetics inspired by the visual imagery of salt fields. By synthesizing these approaches, the proposed design solutions aim to reinforce both the technical precision of food preparation and the preservation of cultural heritage, ensuring the sustainable transmission of Pattani's traditional food practices to future generations.

Keywords: Culinary heritage preservation, Pattani sweet salt, Product design

บทนำ

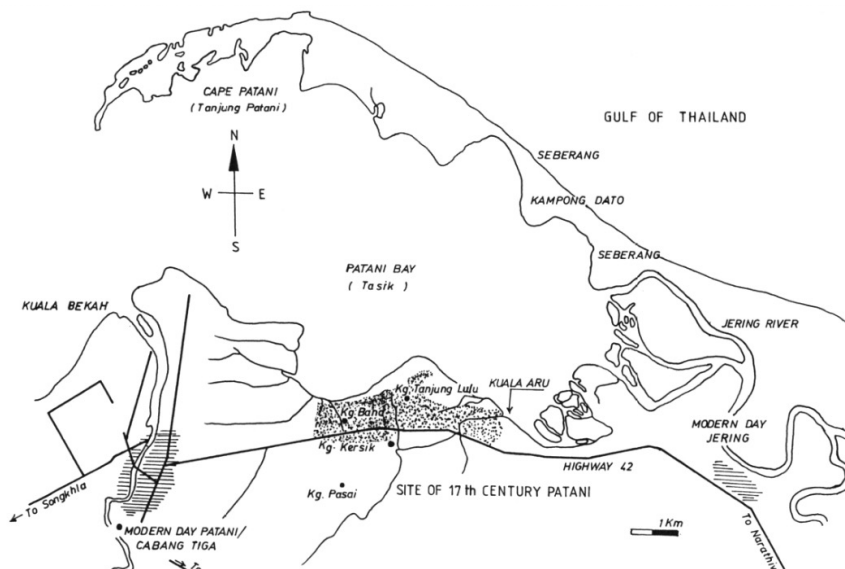
เกลือหวานวัตถุดิบที่มีคุณค่าและรสชาติของปัตตานีเมนูพื้นบ้านที่นิยมไปด้วยรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์และกลิ่นอายของวัฒนธรรมภาคใต้ เป็นตัวแทนของภูมิปัญญาในการถนอมอาหารและการใช้ประโยชน์จากวัตถุดิบท้องถิ่นอย่างคุ้มค่า รวมถึงภูมิปัญญาทางโภชนาการที่คัดสรรทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ในพื้นที่แวดล้อมแถวนั้นมารับประกันทานเพื่อประโยชน์คุณค่าทางอาหารและคุณค่าด้านสรรพคุณทางยารักษาโรค เช่นพืชผักรสเผ็ดเจือจมน้อยอย่างสะตอ ที่นำมาถนอมอาหารเป็นเมนูเครื่องเคียงท้องถิ่น ยอดนิยมที่รับประกันกันเกือบทุกครัวเรือน ซึ่งช่วยกระตุ้นระบบหมุนเวียนเลือดลมให้เหมาะกับเขตอากาศร้อนชื้นของทางใต้ได้อย่างดีเยี่ยม โดยรสชาติของเป็นหนึ่งใน “ผักหนาม” ผักเครื่องเคียงหลากหลายชนิดของชนมัจฉาได้เมนูอาหารหลักในชีวิตประจำวัน (สุธี เทพสุวิวงศ์ และเบญจวรรณ บัวขวัญ, 2547) ดังนั้นการสืบทอดสูตรอาหารท้องถิ่นนี้จากรุ่นสู่รุ่นจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อให้คนรุ่นหลังได้สัมผัสและชื่นชมในรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์และวัฒนธรรมที่ซ่อนอยู่เบื้องหลัง อย่างไรก็ตาม การถ่ายทอดสูตรอาหารดั้งเดิมมักเผชิญกับอุปสรรคหลายประการ เช่น ความไม่แม่นยำหรือผิดพลาดในการวัดปริมาณเครื่องปรุงที่ใส่ลงไปในอาหารเนื่องจากการได้รับข้อมูลความรู้ที่ไม่ถูกต้องตามภูมิปัญญาดั้งเดิม ซึ่งส่งผลให้รสชาติของอาหารที่ทำออกมาแต่ละครั้งแตกต่างกันไป และสูญเสียเอกลักษณ์ดั้งเดิมไป การถ่ายทอดเรื่องราวนั้นจำเป็นต้องคงเอกลักษณ์ดั้งเดิมเอาไว้ถ้าหากไม่รักษาความดั้งเดิมไว้ก็เปรียบเสมือนกับการสูญเสียรากเหง้าตัวตนที่สืบทอดต่อกันมากจากบรรพบุรุษ (ศิริเพ็ญ อังสิทธิ์พูนพร, 2557) และรวมถึงการขาดข้อมูลเกี่ยวกับที่มาของกระบวนการผลิตวัตถุดิบสำคัญอย่างเกลือหวานปัตตานีที่ถูกหลงลืม

ในการพูดถึงภูมิปัญญาด้านการผลิตเกลือหวานให้คนรุ่นหลังได้รับรู้ (อนุสรณ์ ตีปยานนท์, 2565) เพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวและสืบทอดภูมิปัญญาสูตรสวดอดองปัตตานีให้คงอยู่สืบไป การนำหลักการออกแบบมาประยุกต์ใช้จึงเป็นทางออกที่น่าสนใจ โดยการออกแบบผลิตภัณฑ์ที่ตอบโจทย์ทั้งด้านฟังก์ชันการใช้งานและความสวยงาม จะช่วยให้ผู้คนได้เรียนรู้และเข้าใจกระบวนการทำสวดอดองได้ดียิ่งขึ้น และสามารถทำซ้ำได้อย่างถูกต้องและแม่นยำ บทความนี้จะนำเสนอแนวคิดในการออกแบบผลิตภัณฑ์ที่สามารถสืบทอดภูมิปัญญาสูตรสวดอดองปัตตานี โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนหลัก ได้แก่ การออกแบบเพื่อประโยชน์ใช้สอย (Functional Design) และการออกแบบเพื่อสร้างอารมณ์ (Emotional Design) ซึ่งการผสมผสานทั้งสองแนวคิดนี้เข้าด้วยกัน จะทำให้ผลิตภัณฑ์ที่ออกแบบมามีทั้งประโยชน์ใช้สอยและความสวยงาม สามารถตอบโจทย์ความต้องการของผู้ใช้ที่ต้องการทั้งความแม่นยำในการทำอาหารและความเข้าใจในวัฒนธรรมท้องถิ่น

จุดเริ่มต้นเกลือหวานปัตตานีที่มายของรสชาติแห่งประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม

ช่วงประมาณศตวรรษที่ 5 ก่อนคริสต์ศักราชในทางภาคใต้ของประเทศไทย มีกลุ่มรัฐกลุ่มเล็ก ๆ หลายหลายกลุ่มได้เกิดการพัฒนาขึ้นมาจากการแผ่อำนาจจากบริเวณประเทศอินเดีย โดยในบรรดารัฐที่เกิดขึ้นมานั้น “ลังกาสุกะ” คือรัฐที่มีความโดดเด่นมากที่สุดในภูมิภาค และเป็นรัฐที่ถูกกล่าวถึงและบันทึกไว้ในหน้าประวัติศาสตร์ของราชวงศ์เหลียงซึ่งเป็นราชวงศ์ของจีนในช่วงคริสต์ศักราช 502 ถึง 557 ในขณะที่นั้นการเดินทางเรือและการขนส่งค้าขายติดต่อกันระหว่างประเทศจีนกับต่างประเทศ ท่าเรือของรัฐ

ลังกาสุกะจึงมีความสำคัญมากในการทำหน้าที่เป็นจุดจอดพักและขนถ่ายสินค้าไปยังคาบสมุทรมลายู ด้วยเหตุนี้ทำให้ท่าเรือแห่งนี้ถูกพัฒนาให้เป็นท่าเรือที่คึกคักและเปลี่ยนแปลงจากลังกาสุกะมาเป็นปัตตานี และในปี ค.ศ. 1511 เกิดการล่มสลายของมะละกาให้กับโปรตุเกสซึ่งเขตการค้าที่สำคัญที่สุดในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ส่วนใหญ่อยู่บริเวณช่องแคบมะละกา ด้วยเหตุการณ์สำคัญนี้ที่ส่งผลให้ปัตตานีมีความสำคัญทางเศรษฐกิจในศตวรรษที่ 16 เนื่องจากพ่อค้าจากประเทศต่าง ๆ ต้องใช้ท่าเรือและเส้นทางการค้าเพื่อทำการค้าขายต่อไป จึงได้เลือกปัตตานีให้เป็นประตูสู่เอเชียตะวันออกเฉียง (Wyatt, 1970) นอกจากบทบาทหน้าที่ของการเป็นท่าเรือที่ทำให้เกิดการขับเคลื่อนเศรษฐกิจที่เฟื่องฟูและมีวัฒนธรรมอันหลากหลายจากผู้คนที่เข้ามาสัญจรค้าขายและอยู่อาศัยแล้วนั้น ดินแดนในพื้นที่ปัตตานียังมีภูมิประเทศที่อุดมสมบูรณ์ดีสำหรับการผลิตเกลือ เป็นแหล่งผลิตเกลือที่มีชื่อเสียงมาอย่างช้านาน จากหลักฐานในจดหมายเหตุการเดินทางของ “หวังต้าหยวน” (Wang Dayuan) ขุนนางในสมัยราชวงศ์หยวน ได้บันทึกเกี่ยวกับชนเผ่าชาวเกาะที่ได้พบเจอจากการเดินทางในแถบทะเลตอนใต้ของอาณาจักรจีนช่วง 1339 ปีก่อนคริสตกาล โดยเนื้อหาใจความในบันทึกได้กล่าวถึงอาณาจักรลังกาสุกะหรือซึ่งก็คือปัตตานีในปัจจุบันว่า “ที่ตั้งของอาณาจักรเป็นแนวเทือกเขามีที่ราบภายใน ตัวเมืองตั้งอยู่ตามแนวเชิงเขา มองดูเหมือนมดหรือปลวก อากาศอบอุ่นพอประมาณ ชาวเมืองนั้นรู้จักเคี้ยวน้ำทะเลเพื่อให้ได้เกลือมาบริโภค” จากบันทึกดังกล่าวของหวังต้าหยวนแสดงให้เห็นถึงภูมิปัญญาด้านการผลิตเกลือที่มาอย่างเนิ่นนาน ชี้ให้เห็นว่าชาวปัตตานีในอดีตผลิตเกลือจากการต้มน้ำทะเล แต่ด้วยการได้รับอิทธิพลการทำนาเกลือมาจากเพชรบุรีที่ได้แบ่งปันภูมิปัญญา



ภาพ 1 Location of 17th century Patani
ที่มา: Bougas (1990)

มาสู่ปัตตานี วิธีการผลิตเกลือจึงเปลี่ยนแปลงมาเป็นการทำนาเกลือ ซึ่งเป็นวิธีที่เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมและภูมิศาสตร์ของพื้นที่ในดินแดนปัตตานีเป็นดินเหนียวที่มีคุณสมบัติกักเก็บน้ำทะเลได้ (อนุสรณ์ติปยานนท์, 2022) ผลผลิตเกลือในปัตตานีมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว ที่ถูกเรียกว่า เกลือหวานปัตตานี หรือ “ซารัม มานิส” ในภาษามลายูท้องถิ่นที่แปลความหมายได้ตรงตัวว่า เกลือหวาน (ซารัม-เกลือ มานิส-หวาน) จากชื่อเรียกได้บ่งบอกคุณสมบัติได้อย่างชัดเจนว่าเป็นเกลือที่มีความเค็มแตกต่างจากเกลือที่อื่น ด้วยรสชาติเกลือที่ความเค็มปนหวานปะแล่มเล็กน้อย เนื่องจากหลายปัจจัยทั้งสภาพแวดล้อมในการผลิต กระบวนการผลิต และองค์ประกอบทางเคมีที่แตกต่างจากเกลือทั่วไป น้ำทะเลในบริเวณที่ทำนาเกลือปัตตานีมีปริมาณแร่ธาตุและความเค็มที่แตกต่างกัน ส่งผลให้เกลือที่ได้มีความซับซ้อนของรสชาติมากกว่าเกลือทั่วไป (สำนักศิลปากรที่ 11 สงขลา, 2563)

ความสำคัญของเกลือหวานปัตตานีในอดีต

ในอดีตตั้งแต่ดินแดนปัตตานีได้เริ่มใช้การผลิตแบบนาเกลือโดยใช้พื้นที่บริเวณรอบอ่าวปัตตานีซึ่งในปัจจุบัน คือ พื้นที่ริมทะเลในเขตตำบล บานาตันหยงลูโ๊ะ และบาราโหม อำเภอเมืองปัตตานี พื้นที่หลายร้อยไร่ ส่งผลให้เกิดผลผลิตเกลือหวานปัตตานีเป็นจำนวนมาก จึงทำให้เกลือหวานปัตตานีเป็นสินค้าส่งออกที่สำคัญ เพราะตั้งแต่ประจวบคีรีขันธ์ลงมาพื้นที่ทางตอนใต้จนถึงแหลมมลายูไม่มีพื้นที่ไหนที่สามารถผลิตเกลือได้เลยเนื่องจากไม่มีพื้นที่ไหนเหมาะสมในการผลิตเกลือ ดังนั้นเกลือหวานปัตตานีจึงเป็นสินค้าที่เป็นที่ต้องการอย่างมากสำหรับพ่อค้าจีน ญี่ปุ่น โปรตุเกสและดินแดนในแถบนี้ ทำให้ปัตตานีมีความมั่งคั่งทางเศรษฐกิจและมีบทบาทสำคัญในเส้นทางการค้าเกลือของภูมิภาค (Teeuw & Wyatt, 1970) และอีกบทบาทที่มีความสำคัญของเกลือหวานปัตตานีคือใช้ในการถนอมอาหาร อย่างเช่นปลาสดที่มีอายุการเก็บรักษาที่สั้นมาก หากไม่ได้

รับการถนอมด้วยการเกลือหรือการตากแห้งปลาจะเน่าเสียภายในเวลาเพียงไม่กี่ชั่วโมง ด้วยข้อจำกัดทางธรรมชาติ การทำปลาเค็มไม่เพียงแต่เป็นวิธีการรักษาคุณค่าทางอาหารของปลาให้คงอยู่ได้นานขึ้นเท่านั้น แต่ยังเป็นการแปรรูปปลาให้มีมูลค่าเพิ่มอีกด้วย ปลาเค็มตากแห้งที่ผลิตได้จากชายฝั่งทะเลของปัตตานีสามารถนำไปแลกเปลี่ยนกับสินค้าจากภายในแผ่นดินหรือเก็บไว้บริโภคในครัวเรือนในช่วงฤดูมรสุม เมื่อการจับปลาสดเป็นไปได้ยาก (Bougas, 1990)

เกลือหวานปัตตานีในวิถีชีวิตและอาหารของชาวปัตตานี

ภาคใต้เป็นพื้นที่ดินแดนที่ถูกชนบาช้างไปด้วย 2 ฝั่งคาบสมุทร ได้แก่ฝั่งทะเลด้านอ่าวไทยและฝั่งทะเลอันดามัน ทำให้มีพื้นที่ชายฝั่งทะเลที่ยาวตรงตลอดแนว วิถีชีวิตผู้คนส่วนมากในปัตตานีจึงประกอบอาชีพหาปลา หรือทำการประมง รวมถึงการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สืบทอดกันมากับสภาพแวดล้อมใกล้กับทะเลเพื่อทำนาเกลือ จึงทำให้เกลือหวานปัตตานีไม่ได้เป็นเพียงเครื่องปรุงรสที่สำคัญ แต่ยังเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชาวปัตตานีมาช้านาน ด้วยลักษณะรสชาติอาหารคนภาคใต้ หรือเรียกอีกชื่อว่า “อาหารปากซีใต้” นั้นใช้วัตถุดิบที่จับได้จากท้องทะเลที่อุดมสมบูรณ์มีรสชาติอาหารที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ด้วยรสชาติความเข้มข้นที่ประกอบไปด้วยการใช้ส่วนผสมเครื่องเทศต่าง ๆ อย่างเช่น ขมิ้น ที่มีคุณสมบัติและหน้าที่ลดกลิ่นคาวของอาหารทะเล และความจัดจ้านของรส เค็ม เผ็ด เปรี้ยว และหวาน โดยอาหารปากซีใต้เป็นอาหารที่ปรุงรสชาติออกมาให้มีรสชาติเค็มเด่นออกมากกว่ารสชาติอื่นแล้วค่อยตามมาด้วยรสชาติเปรี้ยวและเผ็ดตามมา โดยรสชาติเค็มหลักนั้นมาจาก 2 เครื่องปรุงคือ กะปิ และน้ำปลา ซึ่งทั้ง 2 เครื่องปรุงนี้ก็ใช้เกลือเป็นวัตถุดิบหลักในการหมัก

ดังนั้นเกลือหวานปัตตานีจึงเปรียบเสมือนเป็นวัตถุดิบสำคัญในครัวพื้นบ้านที่ทุกบ้านต้องมี และเป็นตัวหัวใจในการปรุงรสของอาหารท้องถิ่น โดยเฉพาะในกรรมวิธีการถนอมอาหาร การหมักปลาเช่นการทำปลากุเลาเค็มจาก อำเภอตากใบ ที่ถูกขนานนามว่าเป็นราชาแห่งปลาเค็ม ก็ยังต้องพึ่งพาเกลือหวานเพื่อความอร่อยที่ลงตัว นอกจากนี้จะใช้ในการดองถนอมอาหารจำพวกปลาแล้วนั้น ยังถูกนำไปใช้ดองผักเครื่องเคียงที่นำไปรับประทานคู่กับอาหารจานหลัก แต่ก็เป็นสิ่งสำคัญสิ่งหนึ่งที่จะขาดไม่ได้ในมื้ออาหารนั้น เปรียบเสมือนตัวช่วยรสชาติ ตัดความเลี่ยน และช่วยลดความเผ็ดบรรเทาความร้อนจากรสชาติอันจัดจ้านถึงพริกถึงขิงของอาหารปากซีใต้ได้เป็นอย่างดี ผักดองที่มีเอกลักษณ์แสดงถึงความเป็นภาคใต้ มีความโดดเด่นทั้งรสชาติและกลิ่นฉุนที่เฉพาะตัว อย่างเช่น สะตอดอง (ศรุดา นิติวรการ, 2558) จากการเก็บข้อมูลค้นคว้าตำราอาหาร และลงพื้นที่เข้าไปสอบถามพูดคุยกับชาวบ้านถึงวิธีการทำสะตอดอง รวมถึงการรวบรวมข้อมูลจากวิดีโอทาง youtube ได้รู้ว่าการดองสะตอนั้นมีสูตรกรรมวิธีการดองที่เป็นพื้นฐาน การใช้วัตถุดิบองค์ประกอบ ขั้นตอนในการดองที่เหมือนกัน แต่มีความแตกต่างกันตรงรายละเอียดปริมาณของการใช้วัตถุดิบเล็กน้อย แล้วแต่องค์ความรู้ที่สืบทอดส่งต่อกันมาในแต่ละท้องถิ่น อย่างเช่นในแต่ละสูตรบางท้องถิ่นมีการใช้ปริมาณเกลือหวานที่ใช้ดองแตกต่างกันเล็กน้อย บางสูตรใส่เกลือหวานปริมาณ 2 1/2 ช้อนโต๊ะ บางสูตรใช้ปริมาณเกลือหวานในการดองสะตอแต่ 2 ช้อนโต๊ะ จากความแตกต่างของสูตรการดองส่งผลให้เกิดรสชาติแตกต่างกันไปตามจริตความชอบของแต่ละบุคคล (สยามเมืองยิ้ม Siam Smile, 2564)

การสืบทอดสูตรอาหารท้องถิ่นจากรุ่นสู่รุ่น

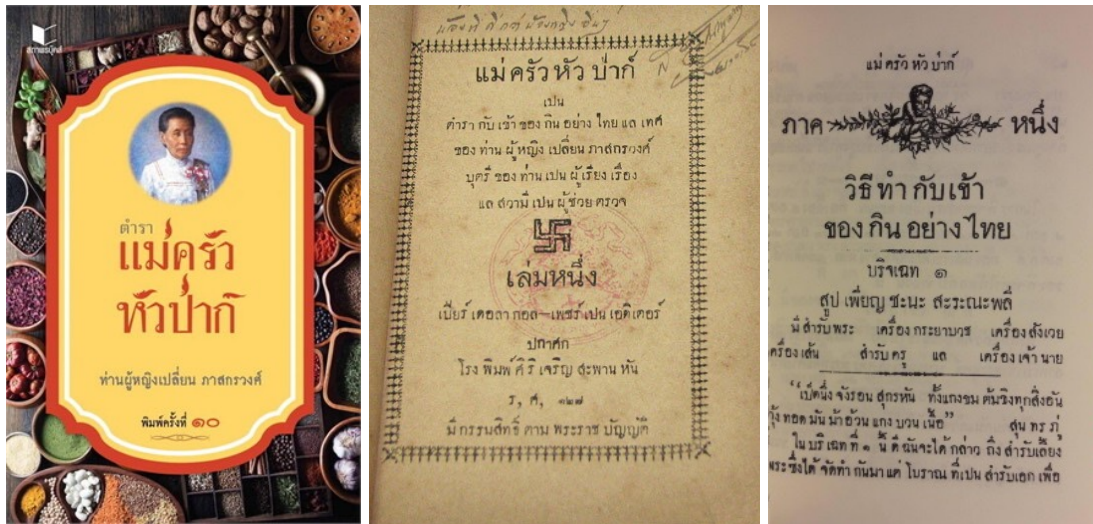
อาหารเป็นมากกว่าของกินหรือเป็นเพียงแค่สิ่งที่ใช้ยังยั้งความหิวโหยของมนุษย์ แต่อาหารแต่ละชนิดเป็นตัวแทนของวัฒนธรรมที่หลากหลายที่สะท้อนให้เห็นถึงเอกลักษณ์เฉพาะตัวของแต่ละท้องถิ่น ไม่ว่าจะเป็นชาติพันธุ์ ศาสนา ภูมิศาสตร์ หรือแม้แต่ผลผลิตทางการเกษตรที่พื้นที่นั้นผลิตออกมาได้รสชาติ วิธีการปรุง และการรับประทานอาหาร ล้วนเป็นตัวบ่งบอกถึงวิถีชีวิต ประเพณี และความเชื่อที่สืบทอดกันมาของคนในชุมชนท้องถิ่น (พิสิทธิ ศรีประเสริฐ, 2561) อาหารท้องถิ่นมักสืบทอดต่อกันมาจากรุ่นสู่รุ่นเพื่อเป็นการสานต่อตัวแทนรากฐานวัฒนธรรมของบรรพบุรุษให้คงอยู่ต่อไป (Sébastien, 2016) จากการศึกษาข้อมูลสามารถแบ่งตามคุณลักษณะวิธีการและความแตกต่างของเครื่องมือที่ใช้ในการสืบทอดภูมิปัญญาด้านอาหารในแต่ละช่วงเวลาได้ออกเป็น 3 ยุค ได้แก่

1. ยุคการศึกษาไม่ได้มีสำหรับทุกคน ใน พ.ศ. 1781 ถึง พ.ศ. 2411 สมัยก่อนช่วงยุคที่ยังไม่มีความเจริญหรือเทคโนโลยีมากมายเหมือนปัจจุบัน รวมถึงความรู้ทางการเขียนตัวอักษรที่ยังไม่เป็นที่แพร่หลาย และถูกจำกัดไว้สำหรับชนชั้นปกครอง ข้อจำกัดด้านการศึกษาส่งผลให้การสืบทอดสูตรอาหารจากบรรพบุรุษสู่ลูกหลานนั้นใช้วิธีการบอกสูตรอาหารจากปากต่อปากหรือที่เรียกว่า วิธีการแบบมุขปาฐะ เป็นการบรรยายถ่ายทอดด้วยคำพูดตั้งแต่ขั้นตอนแรกในเตรียมวัตถุดิบ วิธีการปรุงอาหารเคล็ดลับ จนถึงขั้นตอนสุดท้าย ต้องสังเกตพร้อมการลงมือปฏิบัติควบคู่กันไปจนผู้ที่ถูกถ่ายทอดเกิดความชำนาญจนสามารถ องค์ความรู้ถูกเก็บไว้ในความทรงจำ (กิตติศักดิ์ ทองมีทิพย์, และคณะ, 2565)

2. ยุคเข้าถึงการศึกษาค้นคว้าพื้นฐาน ในเวลาถัดมาช่วงปีพ.ศ. 2412 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน เมื่อการศึกษา

ได้เปิดกว้างมากขึ้น การเข้าถึงการศึกษาค้นคว้าพื้นฐาน การอ่านและการเขียนเป็นทักษะที่ผู้คนทั่วไปสามารถเรียนรู้ได้ไม่ว่าจะชนชั้นไหน เพศชายหรือเพศหญิง จากแต่เดิมเป็นการส่งผ่านจากคำพูดและการฝึกปฏิบัติที่ผู้ถ่ายทอดกับผู้สืบทอดต้องอยู่พร้อมหน้ากัน ทำให้เกิดวิธีการใหม่ในการสืบทอดสูตรอาหาร คือการถ่ายทอดโดยการเขียนหรือจดบันทึกลงในแผ่นกระดาษ แล้วรวบรวมเป็นเล่มหนังสือ ในประเทศไทยสมัยรัชกาลที่ 5 ถือเป็นยุคสมัยเริ่มมีการจดบันทึกถึงอาหารและวัฒนธรรมการกินของคนไทยในสมัยนั้น จากพระราชนิพนธ์อย่างเช่น ไกลบ้าน และจดหมายเหตุเสด็จประพาสต้น ที่ทรงพระราชนิพนธ์อยู่ถึงอาหารไทยแต่ไม่ได้เป็นตำราสูตรอาหาร (ศรุดา นิตวกรการ, 2558) แต่ต่อมาไม่นานในปี พ.ศ. 2451 ท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ ภริยาของเจ้าพระยาภาสกรวงศ์ (พร บุนนาค) ได้เขียนบทความเกี่ยวกับการทำอาหาร และเป็นตำราอาหารเล่มแรกของประเทศไทยโดยใช้ชื่อเรื่องว่า “ตำราแม่ครัวหัวป่าก์” เนื้อหาข้างในตำราเป็นการเขียนบันทึกสูตรอาหารพร้อมอธิบายถึงวัตถุดิบและขั้นตอนการปรุงโดยละเอียดรวมถึงเนื้อหาในส่วนอื่น ๆ อย่างเช่น เกร็ดประวัติศาสตร์ในช่วงยุคต้นกรุงรัตนโกสินทร์ สภาพภูมิประวัติศาสตร์ สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ และสภาพชีวิตความเป็นอยู่ของราษฎรสมัยนั้น (ประสาธศรี, 2566) หลังจากการเปลี่ยนแปลงการปกครองเป็นระบอบประชาธิปไตย สูตรอาหารในวังก็ถูกเผยแพร่ออกมาสู่สาธารณะมากขึ้นผ่านทางโรงเรียนและสื่อสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ทำให้คนทั่วไปได้เรียนรู้และทำอาหารเหล่านี้ได้เอง

3. ยุคดิจิทัลและเทคโนโลยี เริ่มต้นตั้งแต่ช่วงปีพ.ศ. 2545 ที่กำลังการผลิตด้านเทคโนโลยีมีมากขึ้น เพื่อสนองความต้องการของผู้คนในยุคสมัยใหม่ ยุคที่เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทสำคัญในชีวิตประจำวัน รวมถึงการสืบทอดสูตรอาหารก็ได้รับอิทธิพลจาก



ภาพ 2 ตำราแม่ครัวหัวป่าก์หนังสือตำราอาหารเล่มแรกของไทย
ที่มา: Next Step (2024)

เทคโนโลยีเช่นกัน ทำให้เกิดทั้งโอกาสและความท้าทายใหม่ ๆ ในการรักษาและสร้างแนวทางการเผยแพร่ภูมิปัญญาทางอาหารเพิ่มขึ้นจากเดิมที่มีแค่การบอกเล่าจากความทรงจำ และการเรียนรู้จากตำราหนังสือสอนทำอาหาร ในปัจจุบันการเข้าถึงข้อมูลที่ยั่งยืน สูตรอาหารต่าง ๆ ถูกเผยแพร่ผ่านช่องทางออนไลน์มากมาย เช่น เว็บไซต์ บล็อก โซเชียลมีเดีย และแอปพลิเคชัน ทำให้ผู้คนสามารถเข้าถึงสูตรอาหารได้ง่ายและสะดวกมากขึ้นเพียงปลายนิ้วสัมผัส ผู้สนใจสามารถค้นหาสูตรอาหารเฉพาะเจาะจงได้อย่างรวดเร็ว ไม่ว่าจะเป็นอาหารพื้นเมือง อาหารนานาชาติ หรืออาหารเพื่อสุขภาพ มีการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น วิดีโอการสอนทำอาหารสด บทความที่อธิบายขั้นตอนการทำอาหารอย่างละเอียด รวมถึงคอมมูนิตี้ออนไลน์ที่ผู้คนสามารถแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์เกี่ยวกับการทำอาหารได้ เทคโนโลยีช่วยให้เราสามารถบันทึกสูตรอาหารดั้งเดิมได้อย่างสะดวกสบายมากขึ้น ไม่จำเป็นการถ่ายภาพ การบันทึกวิดีโอ หรือการสร้างฐานข้อมูลสูตรอาหาร ทำให้สูตรอาหารเหล่านี้ไม่

สูญหายไปตามกาลเวลา และสามารถนำมาศึกษาและวิเคราะห์ได้ในอนาคต รวมถึงโซเซียลมีเดียเป็นช่องทางสำคัญในการเผยแพร่สูตรอาหารไปยังผู้คนในวงกว้าง แต่นอกจากประโยชน์ที่ได้กล่าวถึงไปแล้วนั้น ในทางกลับกันเทคโนโลยีก็มีผลเสียบางอย่างเกิดขึ้นด้วยการถ่ายทอดสูตรอาหารผ่านสื่อดิจิทัลอาจทำให้สูญเสียรายละเอียดบางอย่างที่สำคัญ ขาดความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างผู้ถ่ายทอดกับผู้เรียน (ชญานันท์ ตัดเย็บเรียงสุรรัตน์ และพรพันธุ์ เขมคุณาศัย, 2566)

เกลือหวาน สะท้อนอง กับการศึกษาแนวคิดใหม่ในการสืบทอดภูมิปัญญา

สะท้อนองของปัตตานี เมนูพื้นบ้านที่เปี่ยมไปด้วยรสชาติอันเป็นเอกลักษณ์และกลิ่นอายของวัฒนธรรมภาคใต้ นอกจากจะเป็นอาหารอร่อยที่หลายคนชื่นชอบแล้ว ยังเป็นตัวแทนของภูมิปัญญาในการถนอมอาหารและการใช้ประโยชน์จากวัตถุดิบท้องถิ่นอย่างคุ้มค่า ด้วยส่วนผสมเพียง 4 อย่างที่หาได้ง่าย ได้แก่ สะตอ

เกลือหวาน ส้มแขก หรือน้ำข้าวข้าว และน้ำต้มสุก กรรมวิธีการหมักที่เรียบง่ายแต่ซ่อนไว้ซึ่งความประณีต บรรจง ทำให้สะตอดองกลายเป็นอาหารเครื่องเคียง ที่อยู่คู่คนปัตตานีมาช้านาน การสืบทอดวิธีการทำ สะตอดองของปัตตานีในปัจจุบันมักจะกระทำผ่าน ช่องทางต่าง ๆ เช่น ตำราอาหาร หนังสือ สูตรอาหาร ในสื่อดิจิทัล หรือการบอกเล่าจากรุ่นสู่รุ่น ซึ่งเป็นวิธีการ ที่ช่วยให้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้และเข้าใจกระบวนการ ทำอาหารแบบดั้งเดิม อย่างไรก็ตาม การจะทำให้ ภูมิปัญญาเหล่านี้คงอยู่และได้รับความสนใจจากคน รุ่นใหม่นั้น อาจต้องมีการประยุกต์ใช้กับการออกแบบ ในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อสร้างสรรค์นวัตกรรมการออกแบบ ใหม่ ๆ ที่ช่วยให้ภูมิปัญญาดังกล่าวเข้าถึงคนรุ่นใหม่ ได้มากยิ่งขึ้น

ปัญหาในการถ่ายทอดสูตรสะตอดอง: ความท้าทายในการออกแบบ

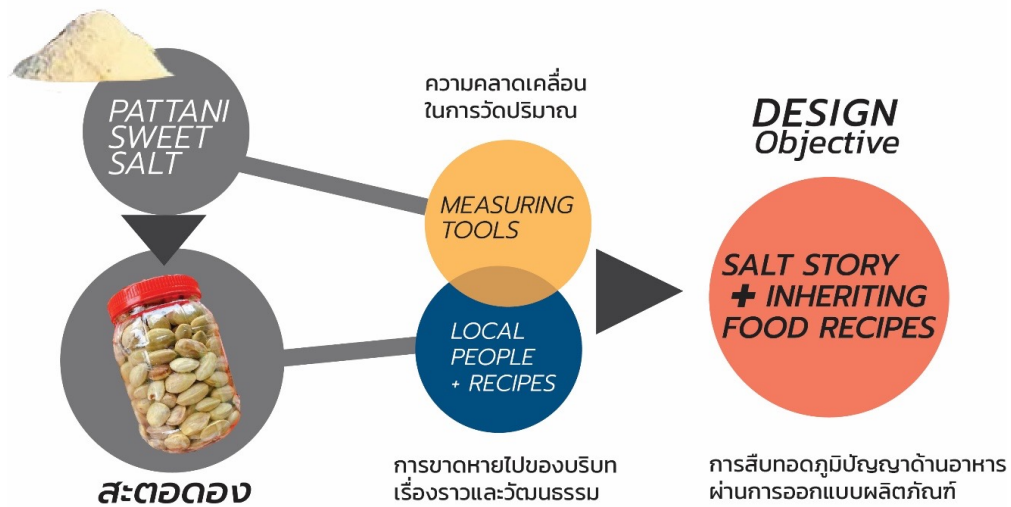
จากการพูดคุยสัมภาษณ์กลุ่มคนในพื้นที่จังหวัด ปัตตานีโดยคัดเลือกจากผู้ที่มีประสบการณ์การทำ สะตอดองและกรรมวิธีขั้นตอนในการดองสะตอ เป็นอย่างดี เพื่อสอบถามถึง 2 เรื่องหลัก ๆ คือ 1) ความคิดเห็นเรื่องการสืบทอดสูตรอาหารพื้นบ้าน อย่างสะตอดองปัตตานีจากรุ่นสู่รุ่น โดยมีเกลือหวาน ปัตตานีเป็นส่วนผสมสำคัญที่ช่วยให้รสชาติเป็น เอกลักษณ์เฉพาะตัว และ 2) ความคิดเห็นเรื่องอุปสรรค หรือสิ่งที่ เป็นอุปสรรคที่สำคัญในการรักษาภูมิปัญญา ในการทำอาหาร จากข้อมูลที่ได้เก็บมาสามารถ วิเคราะห์แล้วสรุปถึงประเด็นปัญหาเรื่องการถ่ายทอด สูตรการดองสะตอแบบดั้งเดิม พบอุปสรรคสำคัญที่ ส่งผลต่อรสชาติและความหมายของอาหาร ดังนี้

ปัญหาแรก ความคลาดเคลื่อนในการวัด ปริมาณ หนึ่งในปัญหาหลักคือการกำหนดปริมาณ เกลือที่ใช้ในการหมักสะตอ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่

ส่งผลต่อรสชาติโดยรวม ปริมาณเกลือที่แตกต่างกัน เพียงเล็กน้อยก็สามารถเปลี่ยนแปลงรสชาติได้อย่าง มาก ในสูตรอาหารแบบดั้งเดิมที่ต้องการจะสืบทอด ต่อ มักจะใช้คำที่ไม่แน่นอน เช่น “หนึ่งหยิบมือ” หรือ “หนึ่งปลายก้อย” ซึ่งขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนบุคคล ของผู้ทำอาหาร รวมถึงการใช้อุปกรณ์ตวงมีการใช้ หน่วยวัดที่ไม่แน่นอน เช่น ช้อนโต๊ะ ช้อนชา เนื่องจาก ขนาดของช้อนแต่ละบ้านไม่เท่ากัน ทำให้เกิด ความคลาดเคลื่อนและความแตกต่างในรสชาติ ของสะตอดองที่ทำออกมาแต่ละครั้ง

ปัญหาที่สอง การขาดหายไปของบริบท เรื่องราวและวัฒนธรรม นอกจากปัญหาเรื่อง ปริมาณการตวงแล้ว การถ่ายทอดสูตรสะตอดอง ยังขาดเรื่องราวและบริบทของวัตถุดิบหลักอย่าง เกลือหวานปัตตานี สูตรอาหารในตำราหรือสื่อดิจิทัล มักเน้นที่ขั้นตอนการทำและส่วนผสม แต่กลับขาด การเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับที่มาของเกลือหวานปัตตานี บรรยายากและวิถีชีวิตของชุมชนที่ทำนาเกลือ ทำให้ ผู้ที่ทำตามสูตรขาดความเข้าใจในบริบท วัฒนธรรม และภูมิปัญญาที่ซ่อนอยู่เบื้องหลังของสะตอดอง

จากปัญหาหลัก 2 ประการที่พบในการถ่ายทอด สูตรสะตอดองด้วยเกลือหวานปัตตานี คือ ความไม่ แม่นยำในการวัดปริมาณวัตถุดิบ และการขาดบริบท และเรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับเกลือหวานปัตตานี การออกแบบผลิตภัณฑ์จึงถูกนำมาใช้สร้างแนวคิดใน การออกแบบใหม่มาช่วยแก้ไขปัญหานี้ โดยกำหนด ใจทย์วัตถุประสงค์ในการออกแบบผลิตภัณฑ์ให้ สามารถส่งต่อสูตรการดองสะตอและเล่าบริบท เรื่องราวและวัฒนธรรมของเกลือหวานไปพร้อมกันที่ สามารถตอบใจทย์ทั้งในด้านการใช้งานและการสื่อสาร เรื่องราว จะช่วยให้สูตรสะตอดองปัตตานีได้รับการ สืบทอดต่อไปยังรุ่นลูกหลาน และเป็นที่รู้จักใน วงกว้างมากยิ่งขึ้น



ภาพ 3 กรอบแนวคิดในการออกแบบผลิตภัณฑ์ที่สามารถส่งต่อสูตรการดองสะตอและเล่าบริบทเรื่องราวและวัฒนธรรมของเกลือหวานไปพร้อม

แนวคิดในการออกแบบผลิตภัณฑ์สืบทอดภูมิปัญญาสูตรสะตอดองปัตตานี

จากปัญหาที่พบในการถ่ายทอดสูตรสะตอดองปัตตานี ได้แก่ ความไม่แม่นยำในการวัดปริมาณและการขาดบริบททางวัฒนธรรม จำเป็นต้องมีการออกแบบผลิตภัณฑ์ที่ตอบโจทย์ทั้งในด้านการใช้งานจริงและการเชื่อมโยงกับอารมณ์และวัฒนธรรม โดยแบ่งแนวคิดการออกแบบออกเป็น 2 ส่วนหลัก ดังนี้

แนวคิดการออกแบบที่เน้นฟังก์ชัน

จากปัญหาความคลาดเคลื่อนในการวัดปริมาณเกลือ เราจะนำหลักการออกแบบเพื่อประโยชน์ใช้สอย (Functional Design) คือการออกแบบที่คำนึงถึงการใช้งานเป็นหลัก (Norman, 1988) นำมาประยุกต์ใช้ในการออกแบบเครื่องมือตวงเกลือสำหรับทำสะตอดองโดยเฉพาะ โดยเครื่องมือตวงนี้จะถูกออกแบบให้มีขนาดและรูปทรงที่เหมาะสมกับการใช้งานจริง (Norman, 1988) และสามารถตวงปริมาณเกลือได้อย่างแม่นยำตามสูตรที่ได้จากการศึกษาและวิจัย ซึ่งจะช่วยให้ผู้ทำสะตอดองได้ผลลัพธ์ที่สม่ำเสมอและ

ใกล้เคียงกับสูตรดั้งเดิมมากที่สุด พร้อมกับออกแบบฟังก์ชันเสริมเป็นไม้ปาดเกลือเพื่อปาดเกลือที่เกิน

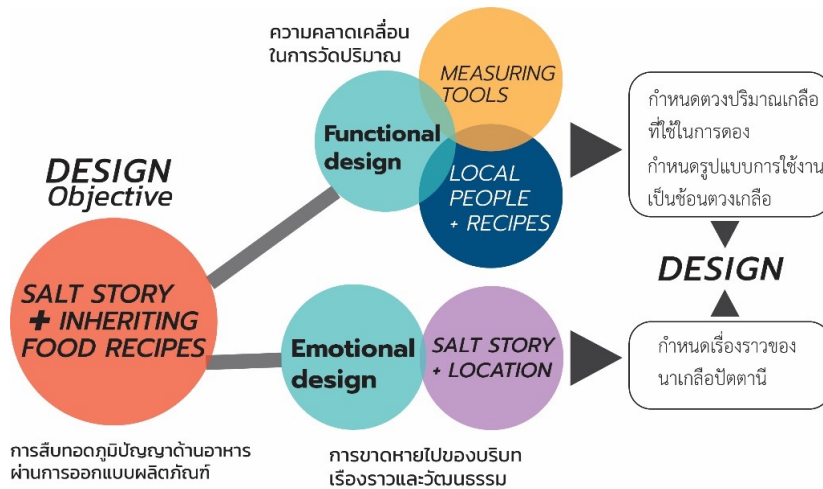
แนวคิดการออกแบบที่เน้นอารมณ์

เพื่อแก้ไขปัญหาการขาดหายไปของบริบทและเรื่องราว เราจะนำหลักการออกแบบทางอารมณ์ (Emotional Design) คือการออกแบบที่ผู้ใช้และผลิตภัณฑ์มีการเชื่อมโยงระหว่างถึงกันในระดับอารมณ์ที่สร้างความพึงพอใจรวมถึงการรับรู้ให้กับผู้ใช้ในขณะที่กำลังใช้งานผลิตภัณฑ์ รวมถึงการดึงดูดให้ผู้ใช้ให้เข้าใจคล้อยตามงานออกแบบ (Norman, 2005) โดยหลักการการออกแบบทางอารมณ์ที่นักออกแบบนำไปใช้ในการออกแบบผลิตภัณฑ์เน้นการสร้างความรู้สึกหรือสร้างประสบการณ์เชิงอารมณ์ผ่านการออกแบบรูปลักษณ์หรือรูปทรงของผลิตภัณฑ์เพื่อส่งต่อเรื่องราวที่ต้องการจะสื่อสารกับผู้ใช้ผลิตภัณฑ์ การสร้างรูปลักษณ์ที่สวยงามและรูปทรงที่น่าสนใจถือเป็นจุดแรกที่สามารถดึงดูดผู้ใช้งานให้คล้อยตามเนื้อหาภายในที่นักออกแบบใส่ในงานออกแบบได้ง่าย (Ho & Siu, 2012) จากแนวคิดดังกล่าวจึงนำมา

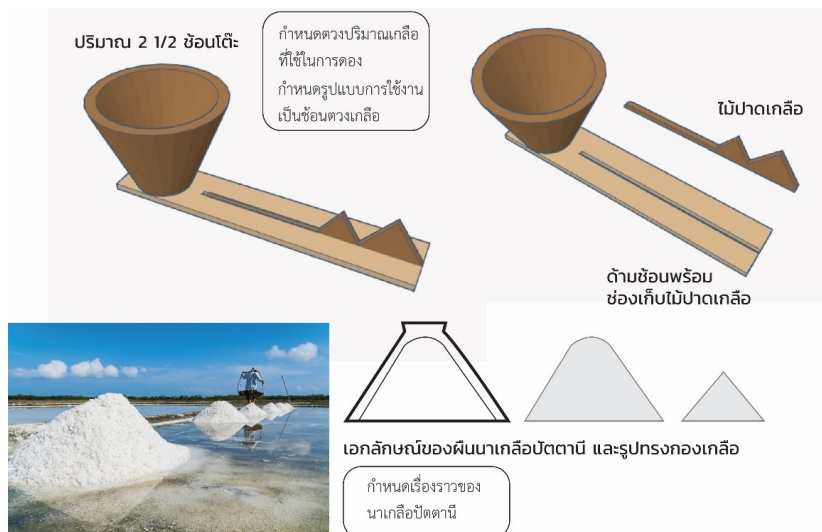
ประยุกต์ใช้ในการออกแบบรูปทรงของช้อนตวงเกลือ โดยจะดึงเอาเอกลักษณ์ของผืนนาและกองเกลือ ปัดตานีมาเป็นแรงบันดาลใจในการออกแบบ ซึ่งจะ ช่วยสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงระหว่างผู้ใช้กับวัฒนธรรม การทำเกลือของชาวปัดตานี

ตัวง: ช้อนตวงเกลือสำหรับทำสะอาดอง

งานออกแบบอุปกรณ์วัดตวงปริมาณเกลือเพื่อ ใช้ในการตองสะอาด จุดเริ่มต้นจากการพูดถึงวัตถุดิบ และผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นอย่างเช่นเกลือหวานปัดตานี และได้หยิบยกขึ้นมาตั้งคำถามเกี่ยวกับเรื่องราวและ



ภาพ 4 กระบวนการคิดในการออกแบบช้อนตวงเกลือ



ภาพ 5 รายละเอียดในการออกแบบช้อนตวงเกลือ

ความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนในท้องถิ่นกับการบริโภคเกลือซึ่งนำไปสู่การนำเสนอมุมมองใหม่ในเรื่องของอาหารที่เกลือเป็นส่วนผสมหลัก ได้แก่ สะตอดองผ่านอุปกรณ์การตวง และองค์ความรู้ทางด้านสูตรอาหารจากคนในท้องถิ่น เพื่อออกแบบผลิตภัณฑ์ที่นอกจะใช้ตวงเกลือเพื่อการตองแล้วยังเป็นงานออกแบบที่บันทึกเรื่องราวการใช้เกลือและสูตรการตองสะตอสั่งต่อผ่านจากรุ่นสู่รุ่นโดยไม่จำเป็นต้องบันทึกลงในหนังสือหรือการส่งต่อสูตรกันผ่านทางปากบอกเล่าซึ่งมีโอกาที่จะเลือนหายไปตามกาลเวลา งานออกแบบจะเป็นการใช้รูปแบบกราฟิกสีน้ำตาลเกลือหวานปัตตานีนำมาถอดความ ตีความรูปทรงผลิตภัณฑ์ใหม่ให้เหมาะสมกับฟังก์ชันการใช้งาน โดยรูปทรงเกลือที่เป็นทรงสามเหลี่ยมจะถูกนำมาใช้เป็นองค์ประกอบของด้ามจับของไม้ปาดเกลือ แผ่นสี่เหลี่ยมแสดงถึงผืนนาเกลือ และถ้วยทรงกรวยที่ใส่ตวงเกลือรูปแบบงานเน้นเป็นแบบเรียบง่าย

บทสรุปและคำแนะนำในการต่อยอดทางความคิด

การสืบทอดองค์ความรู้ด้านอาหารพื้นถิ่น โดยเฉพาะบทบาทของ เกลือหวานปัตตานี ใน สะตอดอง ถือเป็นสิ่งสำคัญในการรักษาเอกลักษณ์ของวัฒนธรรมอาหารท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม อุปสรรคสำคัญ เรื่องความคลาดเคลื่อนในการถ่ายทอดสูตรอาหาร และขาดการรับรู้บริบททางวัฒนธรรมเกี่ยวกับเกลือหวานทำให้เกิดความสับสนในการทำอาหารและอาจนำไปสู่การสูญเสียอัตลักษณ์ดั้งเดิมของสะตอดอง ดังนั้นการนำแนวคิดในการออกแบบเพื่อประโยชน์ใช้สอยและการออกแบบที่เน้นการสร้างอารมณ์จึงเป็นอีกแนวทางที่ถูกนำมาใช้ในการสร้างสรรค์ออกแบบเครื่องมือการตวงปริมาณเกลือใช้ในการตองสะตอที่เพิ่มความแม่นยำในการใช้เกลือหวาน รวมถึงสร้าง



ภาพ 6 ตวง: ช้อนตวงเกลือสำหรับทำสะตอดอง

ความเชื่อมโยงทางวัฒนธรรมผ่านการออกแบบที่สะท้อนอัตลักษณ์ของนาเกลือปัตตานี ซึ่งแนวทางดังกล่าวไม่เพียงช่วยถ่ายทอดองค์ความรู้ดั้งเดิมได้อย่างมีประสิทธิภาพ แต่ยังส่งเสริมการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของคนรุ่นใหม่ในกระบวนการอนุรักษ์มรดกทางอาหาร แต่ทั้งหมดทั้งมวลที่ได้นำเสนอไว้ในบทความนี้ถือเป็นแค่จุดเริ่มต้นที่จุดประกายการตั้งคำถามถึงเรื่องการประยุกต์ใช้งานออกแบบร่วมกับการสืบทอดภูมิปัญญาด้านอาหาร ซึ่งในอนาคตด้วยตัวอย่างงานออกแบบช้อนตวงเกลือเพื่อสำหรับการนำไปตองสะตอ “ตวง” ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นแนวคิดในการสืบทอดภูมิปัญญาด้านอาหารโดยใช้การออกแบบผลิตภัณฑ์ซึ่งในอนาคตสามารถนำแนวคิดเพื่อไปศึกษาเพิ่มเติมในการสืบทอดภูมิปัญญาด้านอาหารชนิดอื่น ๆ ได้ หรือสามารถศึกษาเพิ่มเติมเรื่องการผลิตเพื่อนำตวงไปเป็นผลิตภัณฑ์ตวงเกลือที่แนบขายไปพร้อมกับบรรจุภัณฑ์เกลือหวานปัตตานีเพื่อเพิ่มมูลค่าสินค้าประเภทเกลือหวาน ●

เอกสารอ้างอิง

- Bougas, W. (1990). Patani in the beginning of the XVII century. *Archipel*, 39, 113-138.
- Ho, A. G., & Siu, K. W. M. (2012). Emotion design, emotional design, emotionalize design: A review on their relationships from a new perspective. *The Design Journal*, 15(1), 9–32. <https://doi.org/10.2752/175630612X13192035808462>
- Next Step [@samrujlok]. (2024, January 6). ตำรากับข้าวเล่่มแรกของเมืองไทย พิมพ์ในสมัย ร.5 คือ ตำราแม่ครัวหัวป่าก์ เขียนโดยท่านผู้หญิงเปลี่ยน ภาสกรวงศ์ (พร บุนนาค) [Tweet]. X. <https://twitter.com/samrujlok/status/1743560455981054129>
- Norman, D. (1988). *The psychology of everyday things*. United States: Basic Books. ISBN: 978-0-465-06710-7.
- Norman, D. A. (2005). *Emotional design: Why we love (or hate) everyday things*. New York: Basic Books.
- Sebastia, B. (2016). Eating traditional food: Politics, identity and practices. In *Eating Traditional Food* (pp. 15–33). Routledge. สืบค้นจาก https://www.ifpindia.org/media/documents/2020_05_07_eating_traditional_food_WcDzzUZ.pdf
- Teeuw, A., & Wyatt, D. K. (1970). *Hikayat Patani*. The Hague: Nijhoff.
- Wyatt, D. K. (1970). *Hikayat Patani: The story of Patani* (Vol. 5, Issue 1). Bibliotheca Indonesica. M. Nijhoff.
- กิตติศักดิ์ ทองมีทิพย์, อริศราวรรณ นิยมรัตน์จรรณ, ภาณุพัฒน์ อรัญดร, กัญญารัตน์ สุโกพันธ์, วิปศยา โพธิบุตร, และอภินันท์ ไชยสจรณ. (2565). กระบวนการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นของชนมฝรั่งเศสในจังหวัดน่าน. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย*, 5(1).
- ชญาทิศา เตียะเวงสุรัตน์, และพรพันธุ์ เขมคุณาศัย. (2566). ข้าวมันไก่บ้านเขียว: ภูมิปัญญาอาหารคนไหหลำหาดใหญ่ [Bun Xiao Chicken Rice: Hat Yai Hainanese Food Wisdom]. *วารสารอินทนิลฉกสิน*, 18(3).
- ปวีณา นามประภาส. (2561). การอนุรักษ์และสืบสานความหลากหลายทางชีวภาพของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นเมืองภายใต้การมีส่วนร่วมของกลุ่มชาติพันธุ์อิมปี ตำบลสวนเขื่อน อำเภอเมือง จังหวัดแพร่. *Journal of Cultural Approach*, 19(35), 38-48.
- ประสาธศรี. (2566). แม่ครัวหัวป่าก์: ตำรากับข้าวเล่่มแรกของไทย. ศิลปวัฒนธรรม. สืบค้นจาก https://www.silpa-mag.com/culture/article_6578
- พิสิทธิ์ ศรีประเสริฐ. (2561). อาหารไทย: การนำเสนออัตลักษณ์อุดมการณ์ความเป็นไทยและวาทกรรมเชิงอำนาจ. *วารสารการสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*, 6(1). <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/masscomm/article/view/131018>

- สำนักศิลปากรที่ 11 สงขลา. (2563). *นาเกลือเมืองปัตตานี*. <https://www.finearts.go.th/fad11/view/26117-นาเกลือเมือง>.
- สยามเมืองยิ้ม Siam Smile. (2564, 25 สิงหาคม). *วิธีทำสะตอดองสูตรเร่งด่วนฉบับปักชำได้ทั้งรายการสยามเมืองยิ้มSiamSmile*. [Video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=USq7GwrgWis&ab_channel=สยามเมืองยิ้มSiamSmile
- สุทธิ เทพสุริวงศ์, และเบญจวรรณ บัวขวัญ. (2547). รายงานการศึกษาการรวบรวมภูมิปัญญาพื้นบ้านในจังหวัดปัตตานี. สถาบันวัฒนธรรมศึกษากัลยาณิวัฒนา. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตปัตตานี.
- ศรุดา นิตวิธการ. (2558). อาหารไทย: มรดกทางวัฒนธรรมของชาติ. *Academic Journal Phranakhon Rajabhat University*, 5(1), 171–179. <https://so01.tci-thaijo.org/index.php/AJPU/article/view/42173>
- ศิริเพ็ญ อึ้งสิทธิพูนพร. (2557). การฟื้นฟูอาหารพื้นบ้านจีนแคะ(ฮากกา)ห้วยกระบอก: สิ่งท้าทายในภาวะการณ์ที่สวนกระแส. *วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร ฉบับภาษาไทย*, 34(3), 43-64.
- อนุสรณ์ ติปยานนท์. (2022). *เกลือหวานปัตตานี: วิถีเกลือที่มีชีวิต*. Sawasdee. <https://sawasdee.thaiairways.com/เกลือหวานปัตตานี-วิถีเกลือ>