



ที่มา: ภาพถ่ายโดยผู้วิจัย นางสาวเกศณีย์ สัตตรัตน์ขจร

**การพัฒนาอาหารท้องถิ่นแบบมีส่วนร่วมเพื่อหนุนเสริม
การท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมของจังหวัดลำปาง**

The Participatory Development of Local Food to Support
Cultural-Creative Tourism in Lampang Province

เกศณีย์ สัตตรัตน์ขจร¹

Ketsanee Sattarattanakhchon

E-mail: ketsanees@gmail.com

สนธิญา สุวรรณราช²

Sonthiya Suwannaraj

กาญจนา คุมา³

Kanchana Khuma

Received: November 18, 2019

Revised: March 7, 2020

Accepted: March 10, 2020

¹ อาจารย์ภาควิชาการท่องเที่ยวและธุรกิจบริการ คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง, 52100, ประเทศไทย

Lecturer, Tourism and Service Business, Faculty of Management Science, Lampang Rajabhat University, 52100, Thailand

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง, 52100, ประเทศไทย
Asst.Prof., Faculty of Management Science, Lampang Rajabhat University, 52100, Thailand

³ ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง, 52100, ประเทศไทย
Asst.Prof., Faculty of Management Science, Lampang Rajabhat University, 52100, Thailand

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อวิเคราะห์อาหารท้องถิ่นและจัดประเภทอาหารประจำท้องถิ่นตามวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมโดยการมีส่วนร่วม รวมทั้งพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารท้องถิ่นเพื่อการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ผ่านวิถีการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือประชากรในชุมชนพื้นที่วิจัย 5 อำเภอของจังหวัดลำปาง จำนวน 50 คน ได้แก่ อำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอวังเหนือ และอำเภोगาว โดยเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เครื่องมือที่ใช้ คือ การสัมภาษณ์เชิงลึก การสนทนากลุ่มย่อย การสังเกตการณ์ การจัดแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของชุมชนในท้องถิ่น และการค้นคว้าวิจัยจากเอกสาร ผลการวิจัย พบว่า อาหารท้องถิ่นของชุมชนพื้นที่ 5 อำเภอของจังหวัดลำปางนั้นมีวัตถุดิบในการทำอาหารที่สามารถหาได้ในท้องถิ่นและแหล่งธรรมชาติ ซึ่งมีทั้งที่ซื้อมาจากตลาดและคนในชุมชนเลี้ยงเองเช่น ไก่ หมู ปลา ทั้งยังมีการนำพืชผักมาเป็นส่วนประกอบในการทำอาหาร โดยพืชผักนั้นนำมาจากผักข้างรั้วบ้านและผักจากป่าตามฤดูกาล เช่น เห็ดถอบ ผักหวาน หน่อไม้ เป็นต้น สำหรับการจัดประเภทอาหารท้องถิ่นนั้นจะมีการแบ่งประเภทตามกรรมวิธีการปรุงตามวิถีดั้งเดิมที่เหมือนกันคือ การแกง การคั่ว การตำ ทำน้ำพริกและการลาบ ทั้งนี้ จากการพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้อาหารท้องถิ่น โดยชุมชนใน 5 อำเภอ ได้ร่วมกันเลือกอาหารท้องถิ่นที่มีศักยภาพ เพื่อนำมาพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มแก่นักท่องเที่ยว จำนวน 3 ชนิด คือ แกงแคไก่พื้นบ้าน น้ำพริกน้ำปู และแกงหน่อไม้ โดยขั้นตอนการยกระดับนั้น นักวิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดการยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ซึ่งประกอบไปด้วย 1) การอนุรักษ์ 2) การประยุกต์ และ 3) การสร้างใหม่ ทำให้ได้มาซึ่งกิจกรรมสำหรับนักท่องเที่ยวเพื่อช่วยในการส่งเสริมการท่องเที่ยวในพื้นที่วิจัย คือ การให้นักท่องเที่ยวทำอาหารท้องถิ่นร่วมกับชุมชน เป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างการเรียนรู้และสร้างประสบการณ์ใหม่ในการทำอาหารให้กับนักท่องเที่ยว

คำสำคัญ: อาหารท้องถิ่น, การมีส่วนร่วม, การท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรม

Abstract

This research aimed to analyze and categorize an authentic local food on a participatory basis. Furthermore, it aimed to develop and create added value for local food to conserve and inherit the unique local food through cultural-creative tourism. The sample of this research was a group of 50 people from 5 districts of Lampang consisting of Khokha District, Muangpan District, Chaehom District, Wangnua District, and Ngao Districts. This participatory action research used in-depth interview, focus group discussion, observation, knowledge sharing activity of local communities, and document research. It was revealed that, for the local food of all 5 districts in Lampang Province, their ingredients could be found easily from local areas and natural resources. Some can be bought in local markets, and some were fed by local people, such as chickens, pigs, and fish. There are some local and seasonal vegetables which were used as food ingredients and could be found in natural surroundings such as puff-ball mushroom, gooseberry leaves, and bamboo shoot. Regarding food preparation, it could be categorized according to the traditional cooking techniques which were currying, roasting, crushing, and making of chili sauce and spicy minced meat salad. From the development and creating added value for local food, the participants from 5 districts agreed to select 3 dishes to add their value, namely mixed local vegetable chicken curry, crab-gravy dip, and bamboo shoot curry. In the developing phase, the researcher applied a local wisdom for creative development concept which consisted of 1) conservation, 2) application, and 3) recreation. As a result, these 3 local dishes led to establish a touristic activity to support area-based tourism which was a local cooking class. In other words, it was a community's participative activity. This activity could create learning and new cooking experience for tourists.

Keywords: local food, participation, cultural-creative tourism

บทนำ

จากแนวทางการพัฒนาการท่องเที่ยวตามกรอบของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ต่อเนื่องจากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ยุทธศาสตร์การสร้าง ความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจและแข่งขันกันได้อย่างยั่งยืนสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของประเทศในด้านการท่องเที่ยว จังหวัดลำปางมีการจัดทำยุทธศาสตร์จังหวัดลำปางที่สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ในประเด็นด้านการท่องเที่ยว คือการพัฒนาเศรษฐกิจบนพื้นฐานของเศรษฐกิจเชิงสร้างสรรค์และการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสินค้าและบริการเสริมสร้างความเข้มแข็งตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง โดยมีการจัดทำโครงการที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์จังหวัดลำปางด้านการท่องเที่ยว โดยกลยุทธ์การขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ สร้างกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชนและชุมชนท้องถิ่นเพื่อก่อให้เกิดการจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวให้สามารถคืนประโยชน์สู่ท้องถิ่น ซึ่งการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ (Creative Tourism) เป็นรูปแบบหนึ่งของการท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมที่คำนึงถึงความยั่งยืนเป็นสำคัญ โดยเน้นย้ำถึงความผูกพันของนักท่องเที่ยวผู้มาเยือนกับผู้ถูกท่องเที่ยว ซึ่งประสบการณ์ที่มาจากการปฏิบัติจริงหรือที่มาจากการเรียนรู้ในพื้นที่ท่องเที่ยว ส่งผลให้เกิดความจดจำ ประทับใจในพื้นที่ของการท่องเที่ยวนั้นๆ โดยในการสร้างสรรค์การท่องเที่ยวนั้นอยู่บนพื้นฐานของคุณค่าทางวัฒนธรรมของท้องถิ่น มีความสัมพันธ์กับประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม วิถีชุมชน และเอกลักษณ์ของสถานที่ เป็นการเปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวได้รับประสบการณ์ตรงผ่านการเรียนรู้ผ่านทางการท่องเที่ยว เช่น การที่นักท่องเที่ยวได้มีโอกาสมาพักโฮมสเตย์ในชุมชน พร้อมกับได้เรียนรู้วิธีการประกอบอาหารท้องถิ่น เรียนรู้วิธีการทำอาหารหรือขนมเป็นต้น โดยอาหารเป็นปัจจัยหนึ่งที่เป็นตัวหนุนเสริมด้านการท่องเที่ยวและอาหารเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ มีคุณค่าทางศิลปะ วัฒนธรรม และสังคม ซึ่งคุณค่าดังกล่าวมองเห็นได้ง่ายในสังคม อาหารประจำถิ่นสามารถเป็นแรงจูงใจให้นักท่องเที่ยวจากวัฒนธรรมที่แตกต่างเข้ามาศึกษาเรียนรู้ (Scarpato, 2002) โดย 1 ใน 3 ของค่าใช้จ่ายของนักท่องเที่ยวทุกวันนี้ใช้ไปกับการรับประทานอาหาร ทำให้ในปัจจุบันกระแสการท่องเที่ยวเชิงอาหารหรือ food Tourism กำลังเป็นที่นิยม ซึ่งการท่องเที่ยวรูปแบบนี้เป็นการเข้าไปเรียนรู้ประสบการณ์อาหารเฉพาะท้องถิ่นเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิต ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ที่สืบสาน

ตกทอดเป็นมรดกอาหาร จะเห็นได้ว่าการท่องเที่ยวท้องถิ่นสามารถหนุนเสริมด้านการท่องเที่ยวได้เป็นอย่างมาก (Krishanapakornkit, 2017)

จังหวัดลำปางเป็นจังหวัดอยู่ทางภาคเหนือมีทั้งสิ้น 13 อำเภอมีวัฒนธรรมประเพณี วิถีชีวิตชุมชนที่มีเอกลักษณ์ของตนเอง รวมทั้งมีแหล่งท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมและทางธรรมชาติอยู่มากมาย อาหารถือว่าเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของชุมชน โดยอาหารท้องถิ่นเป็นวัฒนธรรมที่สืบทอดต่อกันมาทั้งเรื่องการหาวัตถุดิบ ตลอดจนการปรุงอาหาร อาหาร จะเห็นได้ว่าอาหารท้องถิ่นเป็นวัฒนธรรมที่สามารถนำมาพัฒนาให้เป็นกิจกรรมหนึ่งในการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อหนุนเสริมการท่องเที่ยวของจังหวัดลำปาง ถึงแม้ว่าจะมีการศึกษาเกี่ยวกับอาหารท้องถิ่นแต่ยังขาดการศึกษาวิจัยในเรื่องการพัฒนาอาหารท้องถิ่นเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ จึงเป็นที่มาของการศึกษาวิจัยการพัฒนาอาหารท้องถิ่นแบบมีส่วนร่วมเพื่อหนุนเสริมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมของจังหวัดลำปาง โดยมีพื้นที่เป้าหมายในการศึกษาวิจัย 5 อำเภอคือ อำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอวังเหนือและอำเภองาว ซึ่งใช้การต่อยอดอาหารดั้งเดิมเป็นการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมอาหารท้องถิ่น เพิ่มมูลค่าด้วยการประยุกต์อาหารและหาจุดต่างจากการพัฒนาอาหารขึ้นมาใหม่ และพัฒนาเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมเพื่อหนุนเสริมการท่องเที่ยวของชุมชนในพื้นที่ 5 อำเภอของจังหวัดลำปาง โดยยังคงอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมอาหาร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์อาหารท้องถิ่นและจัดประเภทอาหารประจำท้องถิ่นตามวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมโดยการมีส่วนร่วม
2. เพื่อพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารท้องถิ่นเพื่อการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ผ่านวิถีการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรม

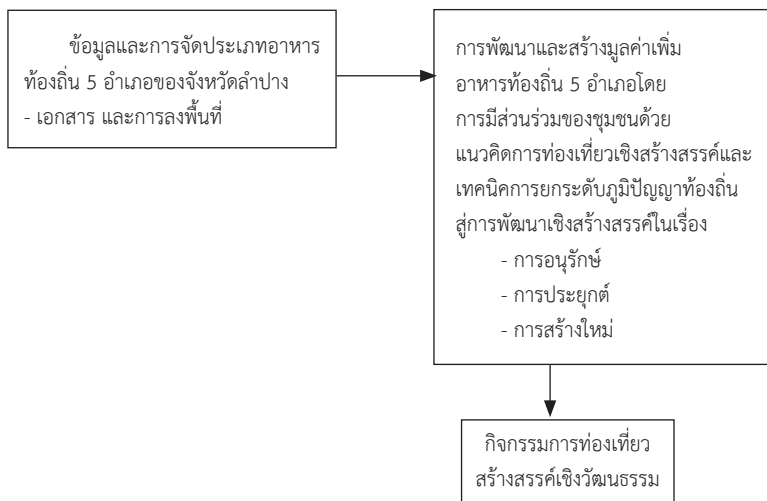
วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (PAR) ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหา เพื่อศึกษาข้อมูลอาหารท้องถิ่นและการจัดประเภทอาหารท้องถิ่น การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มของอาหารท้องถิ่นและแนวทางการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยว

เชิงสร้างสรรค์ ขอบเขตด้านพื้นที่ในการศึกษาคือ 5 อำเภอ ของจังหวัดลำปาง ได้แก่ อำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอวังเหนือและอำเภองาว กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาได้แก่ ประชาชนในท้องถิ่น ผู้นำชุมชน องค์กร ส่วนปกครองท้องถิ่น โดยคัดเลือกจากผู้รู้ด้านอาหารท้องถิ่นในชุมชนพื้นที่วิจัย พื้นที่ละ 10 คน ทั้งหมด 50 คน โดยมีระยะเวลาในการศึกษา ตั้งแต่เดือนกันยายน 2561- กันยายน 2562

การเก็บรวบรวมข้อมูลจะใช้เก็บข้อมูลอาหารท้องถิ่นของทั้ง 5 พื้นที่ ด้วยวิธีการ การสัมภาษณ์เชิงลึก (depth Interview) โดยการออกแบบการสัมภาษณ์ แบบกึ่งโครงสร้าง การสนทนากลุ่ม (Focus Group) การออกแบบข้อคำถามในการ สนทนากลุ่มให้ตรงกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยและการสังเกต (Observation) แบบมี ส่วนร่วมเป็นการสังเกตการณ์ร่วมกับการปฏิบัติการประกอบอาหารในการพัฒนาอาหาร ท้องถิ่นของชุมชนใน 5 พื้นที่ ได้แก่ อำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอ วังเหนือและอำเภองาว ภายใต้หลักแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์และเทคนิคการ ยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ โดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชิง เนื้อหา (Content Analysis) และการบรรยายแบบพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

กรอบแนวคิดในการศึกษา



ผลการวิจัย

1. อาหารท้องถิ่นตามวิถีชีวิต ชุมชน 5 อำเภอ

วิถีชีวิตของคนในชุมชน 5 อำเภอ จังหวัดลำปาง คือ อำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอวังเหนือและอำเภอองาว ด้านอาหาร นิยมประกอบอาหารจากวัตถุดิบที่มีอยู่ในท้องถิ่นหรือจากแหล่งธรรมชาติ ส่วนกรรมวิธีการปรุงจะยังยึดถือสืบทอดต่อกันมาจากบรรพบุรุษ แต่อาจมีการปรับเปลี่ยนกรรมวิธีหรือวัตถุดิบไปบ้าง เนื่องจากสภาพอากาศที่มีการเปลี่ยนแปลงส่งผลให้วัตถุดิบจากแหล่งธรรมชาติบางอย่างได้หายาก จากการศึกษาบริบททั่วไปของพื้นที่ทั้งจากการค้นคว้าจากเอกสารและการลงพื้นที่เก็บข้อมูล จากการสนทนากลุ่ม โดยมีผู้นำชุมชน ตัวแทนองค์กรส่วนปกครองท้องถิ่น ตัวแทนชุมชน เข้าร่วมและการสนทนากลุ่มย่อยกับกลุ่มแม่บ้านในแต่ละพื้นที่ จำนวน 50 คน ใน 5 อำเภอได้แก่ 1. เทศบาลตำบลนาแสง อำเภอเกาะคา 2. เทศบาลเมืองปาน อำเภอเมืองปาน 3. เทศบาลวิเชตนคร อำเภอแจ้ห่ม 4. องค์การบริหารส่วนตำบลร่องเคาะ อำเภอวังเหนือ 5. เทศบาลตำบลหลวงใต้ อำเภอองาว พบว่า อาหารท้องถิ่น 5 อำเภอ สามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) ประเภทอาหารท้องถิ่นตามวัตถุดิบ 2) ประเภทอาหารท้องถิ่นตามวิธีการปรุง

1.1 ประเภทของอาหารท้องถิ่นตามวัตถุดิบ

วัตถุดิบที่มีทั้ง 5 อำเภอจะนิยมนำมาทำอาหารสามารถหาได้ในท้องถิ่นและแหล่งธรรมชาติ เช่น ไข่ หมู ปลา ซึ่งมีทั้งที่ซื้อมาจากตลาดและคนในชุมชนเลี้ยงเอง และมีการนำพืชผักมาเป็นส่วนประกอบ โดยพืชผักมาจากผักข้างรั้วบ้าน ผักป่าหรือผักจากในท้องถิ่นเช่น ผักแว่น ผักบุ้งนา เป็นต้น รวมถึงการปลูกพืชผักสวนครัว นอกจากนี้ยังมีวัตถุดิบที่หาได้จากแหล่งธรรมชาติ ซึ่งสามารถสร้างรายได้ให้กับชาวบ้านและยังนำมาทำเป็นอาหารรับประทานในครัวเรือน โดยสามารถแบ่งตามฤดูกาล ดังนี้

- ผักในฤดูร้อน เช่น ปลีกล้วย ยอดมะขาม ยอดมะม่วง ผักเห็ดสด เห็บถอบ ไช้เม็ดแดง เป็นต้น

- ผักในฤดูฝน ส่วนใหญ่จะหาได้จากป่า เช่น หน่อไม้ เห็ดชนิดต่างๆ ผักหวานป่า ผักกูด เต่า เป็นต้น

- ผักในฤดูหนาว ได้แก่ สะแล ยวม ดอกแค เป็นต้น

จากวัตถุดิบทำให้เกิดอาหารพื้นบ้าน เช่น แกงแค แกงหยวกกล้วย

แกงเห็ดถอบ แกงผักหวานป่าใส่ไข่มดแดง ยำยอดมะขาม แกงหน่อไม้ น้ำพริกผักนี้
แกงผักหวานป่า แกงเห็ดถอบ แกงสะแล แกงหยวกกล้วย แกงบอน ยำผักกูด เป็นต้น
นอกจากผักยังมีวัตถุดิบที่นำมาทำอาหารอื่นๆ เช่น ไข่มดแดง ชี้เป้า หนอนไม้ไผ่ ซึ่งมี
เป็นโปรตีนจากธรรมชาติ

1.2 ประเภทของอาหารท้องถิ่นตามวิธีการปรุง

กรรมวิธีการปรุงอาหารของทั้ง 5 อำเภอจะเหมือนกัน โดยการ
ปรุงอาหารจะไม่นิยมใส่น้ำตาล รสชาติจะออกเค็มนำและเผ็ดเล็กน้อย วิธีการปรุงอาหาร
มีดังนี้

1.2.1 การแกง ในการทำแกงจะนิยมทำแบบน้ำขลุกขลิก เนื่องจาก
จะรับประทานข้าวเหนียวเป็นหลัก ทำให้สามารถใช้ข้าวเหนียวจิ้มน้ำแกงได้ ส่วนผสม
หลักคือ กระเทียม หอมแดง ตะไคร้ พริก ปลาร้า แต่อาจมีการเพิ่มส่วนผสมตามชนิด
แกงต่างๆ เช่น แกงแค แกงสะแล แกงหน่อไม้ แกงผักกาด เป็นต้น

1.2.2 การคั่ว ทางภาคเหนือคือการผัด การคั่วมีทั้งแบบที่ใส่น้ำมัน
และไม่ใส่น้ำมัน โดยจะใส่น้ำลงไปเพียงเล็กน้อยพอเดือดจึงนำเครื่องปรุงไปผัดจนอาหาร
สุกและปรุงรส ซึ่งการคั่วนี้ทำให้รสชาติของอาหารแตกต่างออกไปและทำให้อาหาร
เก็บได้นาน เช่น คั่วลาบ คั่วมะเขือถั่วฝักยาว (คั่วบ่าเขือบ่าถั่ว) เป็นต้น

1.2.3 การตำ หรือ ต่ำ เป็นอาหารที่มีกรรมวิธีเหมือนการยำ
โดยจะนำส่วนผสมต่างๆพร้อมเครื่องปรุงใส่ลงในครกโขลก และคลุกเคล้า เช่น ต่ำขนุน
ต่ำมะขาม เป็นต้น ส่วนประกอบหลัก ได้แก่ เกลือ กระเทียม หัวหอม พริกแห้งหรือ
พริกสด กะปิ ปลาร้า ซึ่งทำให้สุกแล้ว ส่วนยำจะใช้ส่วนผสมที่สุกแล้วเช่น เช่น ยำไก่
(ยำจิ้นไก่) ทำด้วยไก่ต้ม โดยใส่เครื่องยำเหมือนกับน้ำพริก และเติมเนื้อไก่ลงไป
พร้อมผักชีฝรั่ง ยำผักเสียด เป็นต้น

1.2.4 ทำน้ำพริก หรือ น้ำพิก เป็นอาหาร มีส่วนประกอบหลัก
คือ พริก เกลือ หอมแดง กระเทียม เป็นต้น อาจมีส่วนผสมอื่นๆ เพิ่มเข้าไป แล้วแต่จะ
ปรุงเป็นน้ำพริกแต่ละชนิด วิธีการปรุง จะนำส่วนผสมทั้งหมดมาโขลกรวมกันในครก
เช่น น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอีเก๋ น้ำพริกปลาร้า น้ำพริกมะเขือส้ม เป็นต้น

1.2.5 การลาบ เป็นวิธีการปรุงอาหารโดยการสับให้ละเอียด เช่น
เนื้อสัตว์ ทั้งนี้เพื่อนำไปปรุงกับเครื่องปรุง โดยมีน้ำพริกพริกลาบ การเรียกชื่อลาบตาม
ชนิดของเนื้อสัตว์ เช่น ลาบไก่ ลาบหมู ลาบวัว ลาบปลา เป็นต้น ซึ่งถ้าลาบที่ยังไม่ทำให้

สูงเรียกว่าลาบดิบ ส่วนถ้าหากนำลาบดิบไปคั่วให้สุกเรียกว่า ลาบคั่ว เช่น ลาบหมูคั่ว บ้านแม่โฮ อำเภอลำปาง เป็นต้น

2. การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารท้องถิ่นเพื่อสร้างเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์

2.1 การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มอาหารท้องถิ่นโดยชุมชน ทั้ง 5 อำเภอ จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มย่อยกับกลุ่มแม่บ้านของชุมชน ทั้ง 5 อำเภอ เพื่อให้แต่ละชุมชนทำการคัดเลือกอาหาร 3 ชนิดมาทำการพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่ม โดยเน้นตามวัตถุดิบและเอกลักษณ์ของแต่ละพื้นที่ และวิธีการปรุงแบบดั้งเดิม โดยอาหารท้องถิ่นที่คัดเลือกเป็นอาหารที่ชุมชนปรุงอาหารรับประทานในครอบครัวหรือทำเพื่อใช้ในงานพิธีต่างๆ ของชุมชน เพื่อที่จะนำอาหารท้องถิ่นที่พัฒนาสามารถนำมาจัดเป็นสำหรับอาหารกลางวันและสำหรับอาหารเย็นเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวและนำมาเป็นแนวทางสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมด้านอาหารตามหลักการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์โดยกิจกรรมการท่องเที่ยวมีลักษณะสำคัญคือการให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการลงมือทำโดยเน้นการมีส่วนร่วมและปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและเจ้าบ้าน รวมถึงเป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างการเรียนรู้และความเข้าใจผ่านประสบการณ์เป็นต้น (Department of Tourism, 2017) มีดังนี้

ตารางที่ 1 อาหารที่นำมาพัฒนาและสร้างมูลค่า

พื้นที่วิจัย	รายชื่ออาหาร
บ้านแม่ไฮ อำเภอเกาะคา	1) น้ำพริกหนุ่ม 2) แกงแคไก่พื้นบ้าน 3) ลาบหมูคั่ว
บ้านปางอ้าย อำเภอเมืองปาน	1) แกงหน่อหนีบ 2) ทอดมันหน่อหนีบ 3) ผัดหน่อหนีบ
บ้านใหม่เหล่ายาว อำเภอแจ้ห่ม	1) น้ำพริกน้ำปู 2) ลาบปลาดุก 3) แกงแคซี่โครงหมู
บ้านสบลิ้น อำเภอวังเหนือ	1) ยำไก่พื้นเมือง 2) แกงหน่อไม้สด 3) น้ำพริกอ่อง
บ้านใหม่เจริญสุข อำเภองาว	1) น้ำเงี้ยว 2) แกงแคไก่พื้นเมือง 3) น้ำพริกอีเก้

2.2 การพัฒนาและการเพิ่มมูลค่าอาหารท้องถิ่น ใช้วิธีการสัมภาษณ์ และปฏิบัติการร่วมโดยให้ตัวแทนชุมชนใน 5 อำเภอ ร่วมกันคัดเลือกอาหาร 3 ชนิด จาก 5 อำเภอ โดยในการคัดเลือกจะดูจากอาหารท้องถิ่นที่ชุมชนคิดว่าเป็นเอกลักษณ์ มีความน่าสนใจและเป็นที่ยอมรับ เพื่อนำมาต่อยอดอาหารดั้งเดิมเป็นการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมอาหารท้องถิ่น เพิ่มมูลค่าด้วยการประยุกต์อาหารและหาจุดต่างจากการพัฒนาอาหารขึ้นมาใหม่และสร้างเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมเพื่อหนุนเสริมการท่องเที่ยวของชุมชนในพื้นที่ 5 อำเภอของจังหวัดลำปาง โดยปรับใช้จากเทคนิคการยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ของ (Choibamroong, 2012) คือ 1) การอนุรักษ์ 2) ประยุกต์ 3) การสร้างใหม่ และการสร้างมูลค่าเพิ่มด้วยการจัดตกแต่งอาหารโดยนำวัสดุท้องถิ่นที่หาได้มาตกแต่งอาหาร

เช่น ไม้ไผ่ ดอกไม้ท้องถิ่น หรือใบตอง เป็นต้น โดยผลจากการคัดเลือก อาหารท้องถิ่น 3 ชนิด คือ

- 1) แกงแคไก่พื้นบ้าน
- 2) น้ำพริกน้ำปู
- 3) แกงหน่อไม้

ตารางที่ 2 การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มอาหารท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์

รายชื่ออาหาร	เทคนิคการยกระดับภูมิปัญญาสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์	การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มอาหารสู่การพัฒนาการท่องเที่ยวสร้างสรรค์
แกงแคไก่พื้นบ้าน	การอนุรักษ์	การทำแกงแคไก่พื้นบ้าน ยังคงมีกรรมวิธีการปรุงแบบดั้งเดิม ทั้งการตำน้ำพริกแกง มีส่วนผสมคือ พริก ตะไคร้ กระเทียม หอมแดง ปลาร้า เล็กเล็กน้อย รวมถึงการใช้วัตถุดิบที่ใส่ในแกงประกอบด้วย ไก่พื้นบ้านและผักพื้นบ้านหรือผักริมรั้ว เช่น มะเขือผักพลูก ใบพริก ผักแค เป็นต้น ซึ่งความแตกต่าง ความรสชาติในแต่ละพื้นที่คือ ผักที่ใส่ลงไปแกงแค
	การประยุกต์	การนำสิ่งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับยุคสมัย ในการนำเสนอแกงแคให้กับนักท่องเที่ยว โดยใช้วิธีการตกแต่งอาหารแกงแคให้มีความน่าสนใจในการใช้ภาษาที่มาจากธรรมชาติ โดยนำแกงแคใส่ในกระบอกไม้ไผ่ สื่อให้เห็นถึงเอกลักษณ์ท้องถิ่น
	การสร้างใหม่	การนำสิ่งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับยุคสมัย โดยการทำแกงแคมีการเพิ่มคุณค่าอาหารด้วยการใส่ผักสมุนไพรที่กำลังเป็นที่นิยม คือผักคะน้าเม็กซิโก ที่มีสรรพคุณในการช่วยลดความดันโลหิต ช่วยลดน้ำตาลในเลือด รวมถึงปรับวัตถุดิบ โดยปรับจากไก่พื้นบ้านเป็นแกงแคกระดูกซี่โครงอ่อน
น้ำพริกน้ำปู	การอนุรักษ์	การอนุรักษ์คือการรักษาสິงที่มีอยู่คงอยู่สืบต่อไปโดย ในจังหวัดลำปางมีการทำน้ำปู ซึ่งเป็นอาหารท้องถิ่นดั้งเดิม โดยวิธีใช้การเคียน้ำปู เมื่อได้น้ำปูจะนำมาทำเป็นเครื่องปรุงในการทำอาหาร เช่นน้ำพริกน้ำปู ซึ่งมีการทำในทุกพื้นที่และมีกรรมวิธีในการทำแบบดั้งเดิมคือ การนำปูที่ได้จากท้องนาต้มและเคี่ยว โดยใส่สมุนไพรเพื่อดับกลิ่นคาว โดยที่ปูที่ได้ต้องเป็นปูเป็นทำให้ได้น้ำปูที่สดใหม่
	การประยุกต์	การนำสิ่งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับยุคสมัย ในการนำเสนอสำรับน้ำพริกน้ำปูให้กับนักท่องเที่ยว โดยใช้แนวคิดการตกแต่งเครื่องเคียงให้พอดีคำ สะดวกต่อการรับประทานและภาษาที่ใช้สามารถมาจากตะกร้าไผ่สาน นำเครื่องเคียงผักพื้นบ้านมาจัดใส่ในตะกร้าไม้ไผ่ เพื่อให้ดูน่ารักประทับใจ

	การสร้างใหม่	การสร้างบรรจุภัณฑ์น้ำปูแต่เดิมจะใส่ในกระป๋องพลาสติก นำมาพัฒนาใส่ในขวดโหลแก้วเพื่อความสวยงามและสะดวกต่อการใช้ รวมถึงมีการจัดทำฉลากบนบรรจุภัณฑ์เพื่อสร้างความน่าเชื่อถือ โดยมีวันเดือนปีที่ผลิต เพื่อจำหน่ายเป็นของที่ระลึกเป็นการเพิ่มมูลค่า
แกงหน่อไม้	การอนุรักษ์	การอนุรักษ์คือการรักษาสีที่มีอยู่คงอยู่สืบต่อไปเรื่องวิถีชีวิตของชุมชนที่อยู่กับธรรมชาติในการหาของป่า ซึ่งพื้นที่ 5 อำเภอ ตั้งอยู่ใกล้กับพื้นที่ป่าไม้ วิถีชีวิตของชุมชนมีการหาของป่าเพื่อดำรงชีพและเพื่อการจำหน่าย โดยเฉพาะการหาหน่อไม้ นำมาทำเป็นอาหารและจำหน่าย โดยแกงหน่อไม้ยังใช้กรรมวิธีในการปรุงแบบดั้งเดิมในการนำพริกแกง คือ พริกสด ตะไคร้ กระเทียม หอมแดง ปลาร้า มะแขว่น ผักชะอม ใบพลูบก ใบย่านางและเพิ่มเติมคุณค่าอาหารด้วยเนื้อสัตว์ คือไก่พื้นบ้าน นอกจากนี้สิ่งที่ยังมีการอนุรักษ์สืบทอดในการแกงหน่อไม้คือ การใส่น้ำใบย่านางในน้ำแกงเพื่อทำให้รสชาติกลมกล่อมและทำยังช่วยลดกรดยูริกในหน่อไม้ เป็นภูมิปัญญาที่ถ่ายทอดสืบต่อกันมา
	การประยุกต์	การนำสิ่งเดิมมาปรับให้ทันสมัยในการนำเสนอแกงหน่อไม้ให้กับนักท่องเที่ยว โดยใช้แนวคิดการตลาดทางการนำแกงหน่อไม้ใส่ในกระบอกไม้ไผ่และตกแต่งด้วยมะแขว่น พริกวางลงบนแกงหน่อไม้ เพื่อให้ดูน่ารับประทาน สื่อให้เห็นถึงเอกลักษณ์ท้องถิ่น
	การสร้างใหม่	การนำสิ่งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับยุคสมัย การนำหน่อไม้มาถนอมอาหารโดยทำเป็นหน่อไม้หนึบ โดยมีวิธีการทำคือการหาหน่อไม้ นำมาล้างและผานเป็นแผ่น ๆ นำมาใส่ในตะกร้าใบใหญ่ จนเต็มและกดทับด้วยหินหรือไม้ขนาดใหญ่ เพื่อทำให้น้ำในหน่อไม้ออกมา ใช้เวลาประมาณ 1 เดือนสามารถนำมาทำอาหาร โดยรสชาติจะมีความเปรี้ยวน้อยกว่าหน่อไม้ดองทั่วไป ซึ่งสามารถนำมาทำเป็นอาหารได้ตลอดปีและเป็นผลิตภัณฑ์ของชุมชน รวมถึงการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับหน่อไม้หนึบ โดยทำเป็นเมนูทอดมันหน่อไม้หนึบ

จากการพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มอาหารท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ โดยเทคนิคการระดับภูมิปัญญาสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ คือการอนุรักษ์ การประยุกต์ การสร้างใหม่ โดยการสัมภาษณ์ชุมชนร่วมกับการปฏิบัติการพัฒนาอาหารพบประเด็นที่น่าสนใจจากเมนูอาหารที่มีการพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มคือ 1) แกงแค จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชุมชนบ้านแม่ไฮ อำเภอเกาะคา กล่าวว่ารสชาติของแกงแคมีความแตกต่างกันตามผักที่ใส่ ซึ่งในแต่ละพื้นที่ที่มีการใส่ผักที่แตกต่างกันไปเช่นทางอำเภอเกาะคานิยมใส่ผักไม่มาก เพื่อให้ได้รสชาติของน้ำแกง 2) น้ำพริกน้ำปู โดยน้ำปูเป็นเครื่องปรุงที่สามารถมาปรุงอาหาร จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชุมชนบ้านใหม่

เจริญสุข อำเภอแจ้ห่ม ซึ่งมีชื่อเสียงในการทำน้ำปู กล่าวว่า น้ำปูจะมีรสชาติดีขึ้นอยู่กับ การใช้ปูนาสดทำและการใส่สมุนไพรในการเคี้ยว 3) แกงหน่อไม้ หน่อไม้เป็นวัตถุดิบที่สามารถมาทำอาหารได้หลากหลาย โดยนิยมนำมาทำเป็นแกงหน่อไม้ หมูบ้านปางอ้าย อำเภอเมืองปาน เป็นหมู่บ้านที่มีการนำหน่อไม้มาถนอมอาหารเป็นหน่อไม้หนีบ จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชุมชนบ้านปางอ้าย อำเภอเมืองปาน กล่าวว่าแต่เดิมชุมชน นำหน่อไม้มาทำอาหารตามฤดูกาลแต่เนื่องจากต้องการทำให้หน่อไม้สามารถเก็บได้นาน จึงได้มีการทำเป็นหน่อไม้หนีบซึ่งคล้ายกับหน่อไม้ตองแต่มีวิธีการทำและรสชาติที่เปรี้ยว น้อยกว่า เป็นการถนอมอาหารจากหน่อไม้ให้สามารถเก็บไว้รับประทานได้นานขึ้น และมีรสชาติเปรี้ยวน้อยกว่าหน่อไม้ตอง นอกจากนี้ยังมีการถ่ายทอดภูมิปัญญานี้ให้กับ คนในชุมชนและในชุมชนมีการสร้างสรรค์เมนูอาหารจากหน่อไม้หนีบคือ เมนูทอดมัน หน่อไม้หนีบ จากข้อมูลในการพัฒนาและเพิ่มมูลค่าอาหารท้องถิ่นผู้วิจัยมีการรวบรวม จัดทำเป็นคู่มือเพื่อให้ชุมชนนำไปใช้ประโยชน์ในการเป็นแนวทางในการจัดเมนูอาหาร และปรุงอาหาร เพื่อใช้ในการรองรับนักท่องเที่ยว

2.3 แนวทางการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรม ด้านอาหาร

การสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์ตามแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์เพื่อเป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับอาหารท้องถิ่น ตามหลักการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ (DASTA, 2018) ในด้านความคิดสร้างสรรค์ที่เป็นต้นแบบอย่างแท้จริง (Authenticity) โดยเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวมีลักษณะสำคัญคือ การให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการลงมือทำโดยเน้นการมีส่วนร่วมและปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและเจ้าบ้าน รวมถึงเป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างการเรียนรู้และความเข้าใจผ่านประสบการณ์ เป็นต้น (Department of Tourism, 2017) ดังนั้นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมด้านอาหารของทั้ง 5 อำเภอ 5 พื้นที่ได้ต่อยอดจากการพัฒนาอาหารท้องถิ่น คือ กิจกรรมการทำอาหารท้องถิ่น ซึ่งให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการลงมือทำอาหารท้องถิ่นโดยเน้นการมีส่วนร่วมและปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและเจ้าบ้าน ตั้งแต่การเตรียมวัตถุดิบ มีการนำวัตถุดิบที่โดดเด่นของท้องถิ่นมาใช้ในการทำอาหารท้องถิ่น โดยคัดเลือกอาหารที่นักท่องเที่ยวสามารถมีส่วนร่วมในการทำได้ โดยที่เจ้าบ้านเป็นผู้แนะนำหรือสาธิตเพื่อเป็นการสร้างการเรียนรู้และความเข้าใจผ่านประสบการณ์ทำอาหารท้องถิ่น และเป็นการยกระดับอาหารท้องถิ่นสู่การท่องเที่ยวสร้างสรรค์

ตัวอย่างกิจกรรมการทำอาหาร: การทำแกงแค

แกงแค เป็นอาหารท้องถิ่นของภาคเหนือ ที่เป็นที่รู้จักทั่วไป ซึ่งในพื้นที่ 5 อำเภอมี 3 อำเภอที่เลือกแกงแคเป็นอาหารที่โดดเด่นของชุมชน ซึ่งรูปแบบการจัดกิจกรรมเป็นการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างนักท่องเที่ยวกับเจ้าบ้าน โดยให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมตั้งแต่เก็บผักสวนครัว พืชสมุนไพรที่เป็นวัตถุดิบในการทำแกงแค ระหว่างการเก็บผักเจ้าบ้านมีการสอดแทรกความรู้ประโยชน์หรือสรรพคุณของพืชผักสวนครัว และพืชสมุนไพรที่นักท่องเที่ยวเก็บไปปรุงแกงแคตามความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ในขั้นตอนการเตรียมเครื่องแกง เจ้าบ้านจะทำการสาธิตส่วนผสมในการทำเครื่องแกงพร้อมการโหลกน้ำพริก พร้อมให้นักท่องเที่ยวดำเนินการ โหลกน้ำพริกด้วยตนเอง และดำเนินการปรุงแกงแค และให้นักท่องเที่ยวจัดแต่งแกงแคในภาชนะด้วยตนเอง รวมถึงการรับประทานอาหารร่วมกัน ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดประสบการณ์ การทำอาหารท้องถิ่นร่วมกับชุมชนเกิดความประทับใจ และอยากจะกลับมาท่องเที่ยวอีก

สรุปได้ว่าในการพัฒนาอาหารท้องถิ่นโดยให้ชุมชนมีส่วนร่วมโดยให้ตัวแทนชุมชนทำการคัดเลือกอาหารใน 5 อำเภอ มาพัฒนา 3 ชนิดและร่วมกันคัดเลือกอาหารท้องถิ่นที่น่าสนใจจำนวน 3 ชนิด มาพัฒนา โดยมีการอนุรักษ์อาหารท้องถิ่นด้วยการวิธีการปรุงอาหารแบบดั้งเดิมทั้ง 5 อำเภอ รวมถึงการใช้วัตถุดิบที่มาจากในพื้นที่และมีการสืบทอดกรรมวิธีในการอาหารจนกลายเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่น ได้อย่างโดดเด่นและรักษาความเป็นอาหารท้องถิ่น โดยพบว่า อาหารท้องถิ่นที่เป็นที่นิยมและชุมชนเลือกเป็นอาหารท้องถิ่นที่เป็นเอกลักษณ์ คือ แกงแค ถึงแม้จะมีวิธีการปรุงที่เหมือนกันแต่แกงแคแต่ละพื้นที่จะมีรสชาติที่แตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับพื้นที่บ้านที่นำมาประกอบอาหาร นอกจากนี้ยังมีการประยุกต์ โดยการใช้ภาชนะจากวัสดุธรรมชาติที่หาได้ทั่วไปคือกระบอกไม้ไผ่ และการตกแต่งให้ดูน่ารักประพาดด้วยวัสดุธรรมชาติที่หาได้ในท้องถิ่นเช่น ใบตอง ดอกไม้ต่าง ๆ นอกจากนี้ยังต่อยอดพัฒนาสร้างเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมด้านอาหาร โดยให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการทำอาหารร่วมกับชุมชน เริ่มตั้งแต่การเก็บวัตถุดิบที่ใช้ในการทำอาหารจนกระทั่งถึงการปรุงอาหาร เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ประสบการณ์เกิดความประทับใจ และอยากจะกลับมาท่องเที่ยวอีก

สรุปผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์อาหารท้องถิ่นและจัดประเภทอาหารประจำท้องถิ่นตามวิถีชีวิตแบบดั้งเดิมโดยการมีส่วนร่วมของชุมชน พื้นที่การวิจัย มี 5 พื้นที่ใน 5 อำเภอ คือ 1. เทศบาลตำบลนาแสง อำเภอเกาะคา 2. เทศบาลเมืองปาน อำเภอเมืองปาน 3. เทศบาลวิเชตนคร อำเภอแจ้ห่ม 4. องค์การบริหารส่วนตำบลร่องเคาะ อำเภอวังเหนือ 5. เทศบาลตำบลหลวงใต้ อำเภองาว พบว่าวัตถุดิบในการนำมาประกอบอาหารของแต่ละพื้นที่มีความคล้ายคลึงกัน ทั้งที่ได้มาจากการหาของป่า และการปลูกพืชผักสวนครัว อันเนื่องมาจากสภาพภูมิศาสตร์ ภูมิประเทศที่อยู่ในเขตพื้นที่จังหวัดเดียวกัน มีความใกล้เคียงกัน รวมทั้งวิธีการปรุงอาหารเหมือนกัน แต่มีรสชาติอาหารมีความแตกต่างกันตามเอกลักษณ์ของแต่ละชุมชน เช่น การทำน้ำพริกน้ำปู น้ำปุมิทุกอำเภอ แต่รสชาติหรือส่วนผสมในสมุนไพรที่ใช้ในการเคี้ยวน้ำปุมิมีความแตกต่างกัน ทำให้รสชาติที่ได้แตกต่างกัน เป็นต้น ส่วนการจัดประเภทอาหารท้องถิ่น ทั้ง 5 อำเภอ จะจัดประเภทอาหารท้องถิ่นตามวัตถุดิบท้องถิ่นและวิธีการปรุงแบบดั้งเดิม โดยวัตถุดิบที่ใช้มีทั้งพืชผักที่ได้มาจากการปลูกพืชผักสวนครัวในครัวเรือน ซึ่งมีความใกล้เคียงกันทั้ง 5 อำเภอ เช่น เห็ดถอบ เต่า เห็ดหล่ม หน่อไม้ น้ำปู ไข่มดแดง ผักหวานป่า ส่วนการแบ่งประเภทของอาหารท้องถิ่นตามวิธีการปรุงแบบดั้งเดิมมีความคล้ายคลึงกัน เช่นการแกง การคั่ว การตำ ทำน้ำพริกและการลาบ

2. การพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารเพื่อการอนุรักษ์และสืบสานวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ผ่านวิธีการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรม โดยชุมชนได้คัดเลือกอาหารที่นำมาพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่ม 3 ชนิด คือ 1) แกงแคไก่พื้นบ้าน 2) น้ำพริกน้ำปู 3) แกงหน่อไม้ และใช้เทคนิคการยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ของ (Choibamroong, 2012) คือ 1) การอนุรักษ์ เป็นการรักษาสິงที่มีอยู่คงอยู่โดยการสืบทอดกรรมวิธีในการปรุงอาหารทั้งการทำแกงแคไก่พื้นบ้าน การเคี้ยวน้ำปูและการแกงหน่อไม้ 2) การประยุกต์ เป็นการนำสิ่งเดิมมาปรับให้ทันสมัย โดยจะใช้การตกแต่งอาหารท้องถิ่นด้วยวัสดุธรรมชาติ รวมถึงการใช้ภาชนะที่ทำมาจากธรรมชาติสีโอให้เห็นถึงเอกลักษณ์ท้องถิ่น 3) การสร้างใหม่ เป็นการนำสิ่งเดิมมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับยุคสมัย โดยการนำหน่อไม้มาทำเป็นหน่อไม้หีบ เป็นการถนอมอาหารทำให้สามารถนำหน่อไม้มาปรุงอาหารได้ตลอด โดยมีรสชาติเปรี้ยว น้อยกว่าหน่อไม้ดองทั่วไป และข้อมูลอาหารท้องถิ่นที่ได้พัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่ม

นำไปจัดทำเป็นคู่มือเพื่อให้ชุมชนนำไปใช้ประโยชน์ในการเป็นแนวทางในการจัดและ
ปรุงอาหาร เพื่อใช้ในการรองรับนักท่องเที่ยว

3. แนวทางการพัฒนากิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมด้าน
อาหาร มีการต่อยอดจากการพัฒนาอาหารท้องถิ่นโดยให้นักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในการ
ลงมือทำอาหารท้องถิ่นโดยเน้นการมีส่วนร่วมและปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักท่องเที่ยวและ
เจ้าบ้าน ตั้งแต่การเตรียมวัตถุดิบ มีการนำวัตถุดิบที่โดดเด่นของท้องถิ่นมาใช้ในการทำ
อาหารท้องถิ่น โดยคัดเลือกอาหารให้นักท่องเที่ยวได้ลงมือทำร่วมกับชุมชน เพื่อเป็นการ
สร้างการเรียนรู้และความเข้าใจผ่านประสบการณ์ทำอาหารท้องถิ่น เช่น การทำแกงแค
โดยให้นักท่องเที่ยวรวบรวมเก็บผักสวนครัว พืชสมุนไพรที่เป็นวัตถุดิบในการทำ
แกงแค โดยมีการสอดแทรกประโยชน์หรือสรรพคุณของพืชผักสวนครัว สมุนไพรที่
นักท่องเที่ยวเก็บไปปรุงแกงแค รวมถึงการโขลกน้ำพริกและการปรุงแกงแค เป็นต้น
ทำให้นักท่องเที่ยวเกิดความประทับใจ และอยากจะกลับมาท่องเที่ยวในพื้นที่อีก
เป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตามหลักแนวคิดการท่องเที่ยวสร้างสรรค์

อภิปรายผลการวิจัย

การวิเคราะห์บริบทของพื้นที่และวิเคราะห์อาหารท้องถิ่น 5 อำเภอของ
จังหวัดลำปางคืออำเภอเกาะคา อำเภอเมืองปาน อำเภอแจ้ห่ม อำเภอวังเหนือและ
อำเภองาว พบว่าวัตถุดิบในการนำมาประกอบอาหารของแต่ละพื้นที่มีความคล้ายคลึง
กัน ทั้งที่ได้มาจากการหาของป่า และการปลูกพืชผักสวนครัว ผักกริมรั้ว อันเนื่องมาจาก
สภาพภูมิศาสตร์ ภูมิประเทศที่อยู่ในเขตพื้นที่จังหวัดเดียวกันมีความใกล้เคียงกัน ทำให้
วัตถุดิบในการทำอาหารเหมือนกันรวมทั้งวิธีการปรุงอาหารเหมือนกันคือ การแกง
การคั่ว การตำ ทำน้ำพริกและการลาบ สอดคล้องกับ (Suwannapha, Woowong, &
Suphametheesakul, 2018) กล่าวว่า คนในชุมชนภาคเหนือมีความรู้ความเข้าใจ
เกี่ยวกับความหมายของอาหารพื้นบ้าน โดยเฉพาะผู้เฒ่าผู้แก่จะให้ความสำคัญกับอาหาร
พื้นบ้านที่มีคุณค่าทางโภชนาการ มีสรรพคุณทางยาเป็นสำคัญ ทั้งนี้อาหารส่วนใหญ่
ที่รับประทานจะมีรสชาติไม่จัดจ้านและนิยมไม่ใส่กะทิ เน้นการบริโภคผักและอาหาร
ที่หาได้ตามธรรมชาติ ส่วนในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ยังพบว่าถึงแม้ว่าการทำอาหาร
ท้องถิ่นมีวัตถุดิบและวิธีการปรุงมีความเหมือนกัน แต่ละอำเภอมิมีรสชาติที่แตกต่างกัน
ตามเอกลักษณ์ของแต่ละชุมชน เช่น การทำน้ำพริกน้ำปู น้ำปุมิทุกอำเภอแต่รสชาติ

หรือส่วนผสมในสมุนไพรที่ใช้ในการเคี้ยวน้ำปูมีความแตกต่างกัน ทำให้รสชาติที่ได้แตกต่างกัน เป็นต้น โดยวัตถุดิบและอาหารที่มีความใกล้เคียงกัน เช่น เห็ดถอบ เต่า เห็ดหล่ม หน่อไม้ น้ำปู ไช้เม็ดแดง ผักหวานป่า เป็นต้น

Thongmee (2015) ศึกษาเรื่องวัฒนธรรมอาหารล้านนา: การพัฒนาเชิงเศรษฐกิจสร้างสรรค์ พบว่า อาหารล้านนาหรืออาหารพื้นเมืองภาคเหนือตอนบน ถือได้ว่าเป็นทุนทางวัฒนธรรมของท้องถิ่นซึ่งมีการสะสมองค์ความรู้และถ่ายทอดมาอย่างต่อเนื่อง จากอดีตถึงปัจจุบัน อาหารการกินของคนเมืองโดยทั่วไปตามธรรมชาติมีส่วนปรุงแต่งน้อย อาหารที่ทำรับประทานส่วนใหญ่มักจะเป็นไปตามฤดูกาลซึ่งหาได้ง่ายในท้องถิ่นนั้น ๆ ทำให้อาหารพื้นเมืองของแต่ละท้องถิ่นมีความแตกต่างกันบ้างตามสภาพพื้นที่ ส่วนการแบ่งประเภทของอาหารท้องถิ่นตามวิธีการปรุงแบบดั้งเดิมทุกพื้นที่ที่มีการปรุงอาหารที่เหมือนกันคือ แกง คั่ว การเจียว การตำ น้ำพริก ปิ้ง /ย่าง/ทอด ปิ้ง ลาบ/หลู้ ส้า อ้อก แอ็บ นอกจากนี้การแล้วการจัดสำรับอาหารมีการจัดบนชั้นโตกหรือใ้เกว้ข้าว โดยนิยมใช้ไม้สักในการทำชั้นโตก มีลักษณะเป็นวงกลม มีขาสูงจากพื้นเพื่อความสะดวกในการรับประทานอาหาร ส่วนการรับประทานอาหารอาหารของคนท้องถิ่นจะมีการล้อมวงชั้นโตกกินข้าวกัน ปัจจุบันในวิถีชีวิตของคนในพื้นที่การกินข้าวบนชั้นโตกได้มีการปรับเปลี่ยนเป็นกินข้าวบนโต๊ะ ส่วนชั้นโตกได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของการจัดอาหารท้องถิ่นภาคเหนือให้กับนักท่องเที่ยว (Northern Thai Information Center, 2018)

ส่วนการพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารท้องถิ่นโดยการให้ชุมชนมีส่วนร่วม โดยให้ชุมชน 5 อำเภอทำการคัดเลือกอาหารที่มีเอกลักษณ์ของชุมชนมาพัฒนา โดยเป็นอาหารที่จะทำรับประทานในครอบครัว หรือ ทำเพื่อใช้ในงานพิธีต่างๆ ของชุมชน มีการนำวัตถุดิบที่ได้จากท้องถิ่นมาปรุงอาหารต่าง ๆ หลังจากนั้นร่วมกันคัดเลือก 3 ชนิดเพื่อนำมาพัฒนาอาหารท้องถิ่นและสร้างมูลค่าเพิ่ม โดยจะใช้เทคนิคการยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ของ (Choibamroong, 2012) คือ 1) การอนุรักษ์ 2) ประยุกต์ 3) การสร้างใหม่ พบว่า อาหารที่ชุมชนคัดเลือก คือ แกงแคไก่พื้นเมือง น้ำพริกน้ำปูและแกงหน่อไม้ โดยในแต่ละพื้นที่มีการอนุรักษ์อาหารท้องถิ่นด้วยวิธีการปรุงอาหารแบบดั้งเดิมของแต่ละท้องถิ่น รวมถึงการใช้วัตถุดิบพื้นที่และมีการสืบทอดการวิธีการทำอาหารจนกลายเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่น สอดคล้องกับงานวิจัยของ (Keemgratok, Sriwiset, & Sainate, 2018) เรื่องศึกษา

การพัฒนาตำรับ อาหารท้องถิ่นบ้านสนวนนอก ตำบลสนวน อำเภอห้วยราช จังหวัดบุรีรัมย์ เพื่อรองรับเมืองท่องเที่ยวทางกีฬาจังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัย พบว่าอาหารหมู่บ้านสนวนนอก มีอาหารประจำท้องถิ่นที่หลากหลายตามฤดูกาล โดยมีการคัดเลือกทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน จำนวนทั้งสิ้น 8 ชนิด ซึ่งทั้งหมดล้วนเป็นทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน ที่ดำเนินการปลูกเองโดยปราศจากสารเคมีและในการพัฒนาตำรับอาหารท้องถิ่นบ้านสนวน คือ การจัดทำตำรับอาหารที่เป็นมาตรฐาน รวมทั้งการนำกระบวนการทางวิทยาศาสตร์มาใช้ในการคำนวณพลังงาน เพื่อให้ทราบถึงพลังงานที่ผู้บริโภคจะได้รับในแต่ละเมนู รวมทั้งมีการพัฒนาให้เป็นอาหารเพื่อสุขภาพเพื่อให้ผู้บริโภคได้รับประโยชน์ในคุณค่าทางโภชนาการของการรับประทานอาหารท้องถิ่นและสามารถพัฒนาให้เป็นอาหารเพื่อสุขภาพและพัฒนาให้กลายเป็นสินค้าของฝากที่สร้างชื่อเสียงให้กับชุมชนในการพัฒนาอาหารท้องถิ่นโดยการอนุรักษ์ พบว่า อาหารท้องถิ่นที่เป็นที่นิยมและชุมชนเลือกเป็นอาหารท้องถิ่นที่เป็นเอกลักษณ์คือ แกงแค ถึงแม้จะมีกรรมวิธีการปรุงที่เหมือนกันแต่ แกงแคแต่ละพื้นที่จะมีรสชาติที่แตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับผักพื้นบ้านที่นำมาประกอบอาหาร นอกจากนี้มีการประยุกต์อาหารท้องถิ่นโดยใช้การตกแต่งอาหารให้มีความสวยงามด้วยวัสดุธรรมชาติ รวมถึงการจัดอาหารท้องถิ่นให้มีความโดดเด่นด้วยภาษาชนที่มาจากธรรมชาติในพื้นที่เป็นการสะท้อนเอกลักษณ์ของอาหารและพื้นที่ โดยนำกระบอกไม้ไผ่มาใช้เป็นภาชนะใส่อาหาร ซึ่งปัจจุบันกระแสการอนุรักษ์ การนิยมใช้วัสดุธรรมชาติในการบรรจุอาหารเป็นที่นิยมจึงเป็นโอกาสในการสร้างความน่าสนใจให้กับนักท่องเที่ยว ดึงดูดใจให้มาลองอาหารท้องถิ่น สอดคล้องกับงานวิจัย (Chaikhan et al., 2013) การศึกษาศักยภาพของอาหาร พื้นบ้านกับการท่องเที่ยวของเมืองมรดกโลกหลวงพระบาง กล่าวว่า การนำเสนออาหารพื้นบ้านหลวงพระบางแก่นักท่องเที่ยว พบเฉพาะการนำเสนอในรูปแบบตัววัตถุสิ่งของ คือ ตัวอาหารที่นำมาเพื่อให้รู้จักหน้าตาและรสชาติอาหารพื้นบ้านหลวงพระบางเท่านั้น จึงทำให้การนำเสนออาหารในรูปแบบนี้มีมูลค่า แต่ขาดคุณค่าที่จะเป็นเสน่ห์สร้างความซาบซึ้งในอาหาร เพราะไม่มีการนำเสนอที่เป็นนามธรรม ดังนั้นการสร้างจุดเด่นของอาหารแก่นักท่องเที่ยวจึงควรสนใจไปที่ภูมิหลังหรือเรื่องราวของอาหารจนกลายเป็นวัฒนธรรมอาหาร จะช่วยสร้างคุณค่าได้ดีกว่าแนวทางอื่นๆ จากการพัฒนาอาหารท้องถิ่นสามารถต่อยอดเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวสร้างสรรค์ในการให้นักท่องเที่ยวลงมือทำอาหารท้องถิ่นด้วยตนเอง เป็นการสร้างประสบการณ์เกี่ยวกับอาหารช่วยให้นักท่องเที่ยว

เชื่อมโยงกับสถานที่ได้อย่างลึกซึ้ง ร้านอาหารในท้องถิ่นที่มีชื่อเสียง มีประวัติศาสตร์ ตำนาน เรื่องเล่าความเป็นมา ทำให้นักท่องเที่ยวรู้สึกว่ามีคุณค่าถึงสถานที่แห่งนั้นและสามารถ กลืนกินส่วนหนึ่งของสถานที่แห่งนั้นได้ เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของ (Booparkob, Wongmanee, Khetjenkarn, & Sawangdee, 2017) อาหารพื้นถิ่น กับกลไกในการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์: กรณีศึกษากลุ่มชาติพันธุ์ลาวครึ่ง จังหวัดชัยนาท พบว่ากลุ่มชาติพันธุ์ลาวครึ่งในจังหวัดชัยนาทมีภูมิปัญญาอาหารตำรับ ลาวครึ่งมากมายเช่น ปลาแร่ ปลาตุ๋นต้มปลาแร่ แจ่วไก่ แกงเห็ดตระโจก และ ขนมแตก ข้าวโพด การศึกษาค้นคว้าได้นำเสนอขั้นตอนการนำอัตลักษณ์อาหารลาวครึ่งเข้าสู่ กระบวนการยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์โดยการ อนุรักษ์ การฟื้นฟู การประยุกต์ การสร้างใหม่ เพื่อสร้างกิจกรรมใหม่ ๆ สำหรับนักท่องเที่ยว ที่จะช่วยในการส่งเสริมการท่องเที่ยวในพื้นที่ ส่วนการสร้างใหม่เป็นการพัฒนาสิ่งที่มี อยู่เดิมให้ทันสมัย คือการทำหม้อไม้หีบเป็นการนำหม้อไม้มาถนอมอาหารทำให้ สามารถเก็บได้นานและทำอาหารได้หลากหลาย ทำนองเดียวกันกับการศึกษาของ (Chim Ban Rai, & Wongsarot, 2015) ศักยภาพอาหารพื้นเมืองและแนวทางการ ส่งเสริมการท่องเที่ยวผ่านอาหารพื้นเมืองจังหวัดน่านพบว่า อาหารพื้นเมืองของจังหวัด น่านไม่มีเอกลักษณ์ที่โดดเด่น กล่าวคือ อาหารพื้นเมืองน่านไม่แตกต่างจากอาหาร ล้านนาทั่วไปที่รับประทานกันอยู่ในแถบภาคเหนือ แต่อย่างไรก็ตาม นักท่องเที่ยวมีความ พึงพอใจที่อาหารพื้นเมืองมีเอกลักษณ์เฉพาะตัวที่แตกต่างจากอาหารทั่วไปมากที่สุด จึงควรส่งเสริมและพัฒนาเพื่อเป็นการสร้างจุดแข็งของการท่องเที่ยวโดยนำเสนออาหาร พื้นเมืองเป็นจุดขายของการท่องเที่ยว นอกจากนี้ยังควรส่งเสริมและพัฒนาคนในชุมชน ให้เห็นถึงความสำคัญของทรัพยากรอาหารที่มีอยู่ในท้องถิ่น ให้รู้สึกรัก ห่วงแหน และ เห็นคุณค่า เพื่อให้เกิดความยั่งยืนของอัตลักษณ์ของอาหารพื้นเมือง ซึ่งอัตลักษณ์อาหาร พื้นเมืองหรืออาหารท้องถิ่นของแต่ละพื้นที่สามารถเป็นกลไกในการจัดการท่องเที่ยว เชิงสร้างสรรค์ (Krishanapakornkit, 2017)

เช่นเดียวกับต่อยอดการพัฒนาการทำอาหารท้องถิ่นให้เป็นกิจกรรมการ ท่องเที่ยวสร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมของพื้นที่ทั้ง 5 อำเภอ โดยให้นักท่องเที่ยวมีส่วน ร่วมในการทำอาหารท้องถิ่นพร้อมเรียนรู้วิถีชีวิตของชุมชน เพื่อเป็นการเปิด ประสบการณ์ใหม่ให้กับนักท่องเที่ยว เริ่มตั้งแต่กระบวนการจัดหาวัตถุดิบ การปรุงและ ตกแต่งอาหารด้วยวิถีธรรมชาติโดยให้ชุมชนเป็นผู้แนะนำในการทำอาหาร คือ การทำ

แกงแค ซึ่งเป็นไปตามลักษณะการท่องเที่ยวสร้างสรรค์ ของ (DASTA, 2018) กล่าวว่า ลักษณะการท่องเที่ยวสร้างสรรค์ นักท่องเที่ยวเกี่ยวกับเจ้าของบ้านจะมีความผูกพันกัน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้ามวัฒนธรรมทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งทางวัฒนธรรม ของพื้นที่ท่องเที่ยว จากประสบการณ์มีส่วนร่วมในการทำอาหารท้องถิ่น ซึ่งการพัฒนา อาหารท้องถิ่นเป็นกิจกรรมที่สามารถรองรับนักท่องเที่ยวในการเดินทางมาท่องเที่ยว และเป็นกิจกรรมที่นักท่องเที่ยวสามารถร่วมทำกิจกรรมได้ ทำนองเดียวกันกับ กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ที่เกาะเสม็ด (Sungsuwan, 2018) กล่าวว่า เกาะเสม็ด มีการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวไปสู่การท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ ทั้งเชิงวิถีชีวิต ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ซึ่งนำไปสู่การเปิดภาพลักษณ์และทางเลือกใหม่ให้แก่ นักท่องเที่ยวและนำไปสู่การพัฒนาการท่องเที่ยวเกาะเสม็ดอย่างยั่งยืน

การวิจัยครั้งนี้ยังพบว่า ลักษณะภูมิศาสตร์ สภาพพื้นที่ที่เหมือนกันทำให้ วัตถุดิบในการประกอบอาหารเหมือนกัน ดังเช่นในจังหวัดลำปางตั้งอยู่ในหุบเขา ลอบล้อมไปด้วยภูเขา ป่าไม้ทำให้คนในชุมชนต่าง ๆ มีการหาวัตถุดิบจากป่ามาประกอบ อาหาร เช่น หน่อไม้ เห็ดเผาะ มดแดง เป็นต้น รวมถึงการสร้างสรรค์เมนูอาหาร กรรมวิธี ในการปรุงที่เหมือนกันแต่อาจจะมีความแตกต่างกันไปในรสชาติตามแต่ละพื้นที่ โดย วัตถุดิบที่มีอยู่ในธรรมชาติสามารถนำมาพัฒนาและสร้างมูลค่าเพิ่ม เช่นการถนอมอาหาร จากหน่อไม้และสร้างสรรค์เป็นเมนูใหม่ ๆ การตกแต่งและใช้ไม้ไผ่เป็นภาชนะใส่อาหาร รวมถึงการนำการทำอาหารท้องถิ่นมาสร้างเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ เพื่อดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาท่องเที่ยวยังพื้นที่

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

การพัฒนาอาหารท้องถิ่นเชิงสร้างสรรค์พบว่า ทั้ง 5 ชุมชนมีอาหารท้องถิ่น ที่มีเอกลักษณ์ รวมถึงวัตถุดิบที่สามารถหาได้จากในพื้นที่ จึงเสนอแนะว่า ชุมชนทั้ง 5 พื้นที่และหน่วยงานปกครองส่วนท้องถิ่น สามารถนำอาหารท้องถิ่นที่ได้รับการพัฒนา มาใช้เป็นแนวทางในการนำเสนออาหารท้องถิ่นให้กับนักท่องเที่ยวที่เดินทางมา ท่องเที่ยวในพื้นที่ รวมถึงการพัฒนากิจกรรมการทำอาหารให้เป็นการท่องเที่ยว สร้างสรรค์เชิงวัฒนธรรมด้านอาหารของแต่ละพื้นที่ เพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับอาหารท้องถิ่น และอนุรักษ์รักษาวัฒนธรรมเกี่ยวกับอาหารของพื้นที่ตนเอง

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาอาหารท้องถิ่นในอำเภออื่นของจังหวัดลำปาง โดยใช้วัตถุดิบที่มีในท้องถิ่นและการแปรรูปอาหารท้องถิ่นเพื่อเป็นการสร้างรายได้และการสร้างอาชีพให้กับชุมชนทำให้เกิดเศรษฐกิจสร้างสรรค์ในชุมชน
2. ควรศึกษาวิจัยและพัฒนาการจัดการเชิงวัฒนธรรมด้านอาหารท้องถิ่นเพื่อพัฒนาเศรษฐกิจสร้างสรรค์กับการท่องเที่ยวเชิงสร้างสรรค์ให้สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน รวมทั้งผู้บริโภค

References

- Booparkob,Y., Wongmanee,J., Khetjenkarn,S., & Sawangdee,Y. (2017). *The Role of Local Cuisines in Creative Tourism Process: A Case Study of Lao Khrang Ethnic Group in Chai Nat Province*. Dusit Thani College Journal, 11 Special, 93-105.
- Chaikhan, S., Achariya, S., Tiwarat, S., Thavonsak, T., Pohvisay, S., & Onphachanh, X. (2013). *Investigating the Potentials of Traditional Food and Tourism of the World heritage Town of Luang Prabang for the ASEAN Community Preparation*. Academic conference 4th Sustainable Rural Development 2014 (pp. 650-657).
- Chim Ban Rai, H. & Wongsarot, R. (2015). *Potential of Local Food and Guidelines for Tourism Promotion through Local Food of Nan Province*. Journal of International and Thai Tourism, 11(1), 37-53.
- Choibamroong, T. (2012). *Wisdom for Local Development*. Bangkok : King Prajadhipok's Institute the Government Complex Commemorating. A.P. Graphic Design and Printing Ltd.
- Department of Tourism (2017). *Creative Tourism Destination Management*. Bangkok : Author.
- Designated Areas for Sustainable Tourism Administration (Public Organization) : DASTA (2018). *Creating Creative tourism Toolkit*. Bangkok : perfect link consulting Group co.,ltd.

- Keemgratok, T., Sriwiset, P., & Sainate, C. (2018). *Local Food Development of Sanuannok Village, Sanuan Sub-District, Huai Rat District, Buriram Province to serve as sport city*. *Journal of Selaphum Academic*, 4(2), 9-25.
- Krishanapakornkit, W. (2017). *Foodie Food Tourism Trend 2017*. *TAT Review*, 3(1), 27-35.
- Northern Thai Information Center. (June 8, 2018). *Lannafood*. Retrieved June 8, 2018, from <http://library.cmu.ac.th/ntic/lannafood>
- Scarpato, R. (2002). *Gastronomy as a tourist product: The perspective of gastronomy studies*, in A.M.Hjalager and G. Richards (eds.), *Tourism and gastronomy*. London: Routledge.
- Sungsuwan, T. (2018). *Creative Tourism Activities at Koh Samed Island*. *Dusit Thani College Journal*, 12 Special, 356-367.
- Suwannapha, C., Woowong, O., & Suphametheesakul, S. (2018). *Local Food: The Management Process for the Quality of Life and Social Ethics in Northern Communities*. *Journal of MCU Peace Studies*, 6(4), (1306-1319).
- Thongmee, O. (2015). *The Cultural of Lanna Food : The Develop to Creative Economy*. *Journal of Art Klong Hok*, 2(1), 25-54.