

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

อาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งในการดำรงชีวิต ร่างกายจะเจริญเติบโตมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงสมบูรณ์เมื่อได้รับอาหารที่ถูกสุขลักษณะ มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย ไม่มีสารพิษ วัตถุเจือปน สารปนเปื้อน สารปลอมปนที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อร่างกาย ดังนั้นอาหารและโภชนาการจึงเป็นรากฐานของสุขภาพอนามัยของมนุษย์ตั้งแต่เด็กถึงวัยชรา (สิริพันธ์ จุลกรังคะ, 2542) ในขณะเดียวกันอาหารพื้นบ้านสามารถบ่งบอกถึงภาวะโภชนาการของคนในท้องถิ่นต่าง ๆ ได้ เพราะอาหารพื้นบ้านเป็นอาหารที่ชาวบ้านชอบและรับประทานกันเป็นประจำอยู่ทุกวัน (ประยงค์ จินดา และคณะ, 2539) นอกจากนี้อาหารพื้นบ้านยังเป็นแหล่งรายได้ของประชาชน มีการจำหน่ายอาหารพื้นบ้านจากที่หนึ่งไปยังท้องถิ่นอื่น ๆ ทำให้มีรายได้มาสู่ท้องถิ่น ดังนั้นจึงนับได้ว่าอาหารพื้นบ้านมีบทบาทในการส่งเสริมภาวะโภชนาการของชุมชนและส่งเสริมภาวะเศรษฐกิจอีกทางหนึ่ง

อำเภอลับแลเป็นอำเภอหนึ่งในจังหวัดอุตรดิตถ์ที่มีเอกลักษณ์เป็นของตนเองทั้งด้านภาษา วัฒนธรรม สิ่งที่โดดเด่นอันหนึ่งของชาวลับแล คือ วัฒนธรรมการรับประทานอาหารที่มีลักษณะเฉพาะของชาวลับแล (คณะกรรมการดำเนินงานจัดทำหนังสือวัฒนธรรม พัฒนาการทางประวัติศาสตร์ เอกลักษณ์และภูมิปัญญาประจำห้วง, 2541) อาหารพื้นบ้านซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวลับแลและมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักคือ ข้าวพัน ซึ่งมีมาตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 โดยเริ่มจากชาวบ้านในอำเภอลับแลทำรับประทานในครัวเรือนซึ่งปัจจุบันเป็นอาหารที่ผลิตเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือนเพื่อจำหน่ายสำหรับบุคคลทั่วไปและนักท่องเที่ยว (จิราพร เชียงส่ง, 2545)

ข้าวพันตำรับที่ชาวบ้านทั่วไปทำอยู่มีรสชาติจืดหรือเค็ม สีขาว ซึ่งเป็นอาหารที่ชาวลับแลทั้งเด็กและผู้ใหญ่รับประทานมาเป็นเวลานาน ส่วนผสมหรือเครื่องปรุงข้าวพันทำมาจากแป้งข้าวเจ้าหมักใส่เกลือ ซึ่งเมื่อพิจารณาในด้านคุณค่าทางโภชนาการพบว่ามีคุณค่าน้อย และมีสีส้มไม่น่ารับประทาน การเผยแพร่อยู่ในวงจำกัด คนรุ่นใหม่ไม่รู้วิธีการทำ จึงมีความสนใจศึกษาหาตำรับมาตรฐานและพัฒนาคุณค่าทางโภชนาการให้ดีขึ้น

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อพัฒนาตำรับข้าวพันให้มีคุณค่าทางโภชนาการเพิ่มขึ้น
2. เพื่อศึกษาการยอมรับข้าวพันตำรับใหม่ของผู้บริโภค

ขอบเขตการศึกษา

ขอบเขตประชากร ข้าวพันตำรับเดิมของอำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์

ขอบเขตเนื้อหา พัฒนาข้าวพันตำรับเดิมให้มีสีส้ม และคุณค่าทางโภชนาการเพิ่มมากขึ้น

นิยามศัพท์เฉพาะ

การพัฒนาคุณค่าทางโภชนาการ หมายถึง การเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการและสีส้มของข้าวพันจากตำรับเดิม โดยใช้วัตถุดิบธรรมชาติ

การยอมรับ หมายถึง การยอมรับของผู้ทดสอบชิมจำนวน 40 คน ในด้านรสชาติ สี สันกลิ่นและเนื้อสัมผัส

ข้าวพัน หมายถึง อาหารพื้นบ้านของอำเภอลับแล จังหวัดอุตรดิตถ์ ซึ่งทำจากข้าวเจ้าเป็นเครื่องปรุงหลัก

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. ได้ตำรับข้าวพันใหม่ที่มีคุณค่าทางโภชนาการเพิ่มขึ้น
2. ข้าวพันตำรับใหม่ได้รับการยอมรับจากผู้บริโภค