

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 ศึกษาสถานการณ์ผู้ประกอบการอาชีพทำอาหารไทยในชุมชนจอมทอง ประกอบด้วย การศึกษาทั้งด้านจำนวนและปัญหาของผู้ประกอบการอาชีพทำอาหารไทยในชุมชนจอมทอง โดยวิธีการสัมภาษณ์

3.2 ศึกษาประวัติอาหารไทยโบราณของชุมชนจอมทอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก โดยวิธีการสัมภาษณ์ผู้รู้หรือปราชญ์ในชุมชน

3.3 รวบรวมสูตรและวิธีการปรุงอาหารไทยโบราณของชุมชนจอมทอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ดำเนินการร่วมกับผู้ประกอบการอาชีพทำอาหารไทยจอมทองในการรวบรวมสูตร และวิธีการปรุงอาหารไทยโบราณ

3.4 ศึกษาสรรพคุณทางยาของวัตถุดิบและคุณค่าทางโภชนาการของตำรับอาหารไทยโบราณชุมชนจอมทอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก โดยศึกษาสรรพคุณทางยาของวัตถุดิบที่มีการนำมาใช้เป็นส่วนประกอบในอาหารไทยโบราณชุมชนจอมทอง และวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทยโบราณ ได้แก่ ปริมาณโปรตีน ไขมัน เส้นใย คาร์โบไฮเดรต และพลังงาน ตามวิธี AOAC (2002)

3.5 การถ่ายทอดองค์ความรู้สู่ชุมชน จัดอบรมการถ่ายทอดคุณค่าและประโยชน์ของอาหารไทยโบราณและการสร้างความตระหนักถึงการอนุรักษ์อาชีพการผลิตอาหารไทยโบราณของชุมชนจอมทองให้แก่กลุ่มแม่บ้านและผู้สนใจในชุมชนตำบลจอมทอง และประเมินผลความพึงพอใจ ภายหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมจากผู้เข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้แบบสอบถาม

3.6 การนำผลงานไปใช้ประโยชน์ โดยจัดทำระบบฐานข้อมูลตำานตำรับอาหารไทยโบราณชุมชนจอมทอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก ประกอบด้วยการจัดทำระบบฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ตำานตำรับอาหารไทยชุมชนจอมทอง อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก บนเว็บไซต์ขององค์การบริหารส่วนตำบลจอมทอง ตลอดจนจัดทำโปสเตอร์และแผ่นพับประชาสัมพันธ์และนำเสนอผลการวิจัยให้ผู้บริหารองค์การบริหารส่วนตำบลจอมทองรับทราบและหาแนวทางการส่งเสริมอาชีพและอนุรักษ์อาหารไทยโบราณ