

คำนำ

อาหารเป็นสิ่งที่มีความสำคัญต่อร่างกายของเรา อาหารมีหลายประเภท อาหารแต่ละประเภทมีเอกลักษณ์ที่โดดเด่น โดยเฉพาะเอกลักษณ์ที่แสดงความเป็นท้องถิ่น ซึ่งนับว่าเป็นเสน่ห์อย่างหนึ่งของท้องถิ่นนั้น ๆ สำหรับในประเทศไทยเรา อาหารแต่ละท้องถิ่นนอกจากจะมีความอร่อยแล้ว อาหารเหล่านั้นยังมีคุณค่าทางโภชนาการ และมีคุณค่าทางสมุนไพรที่จะทำให้ผู้บริโภคได้รับประโยชน์ เนื้อหาที่ปรากฏในตำราเล่มนี้ มีรายละเอียดเกี่ยวกับความสำคัญของอาหารท้องถิ่น อาหารท้องถิ่นกับวัฒนธรรม คุณค่าอาหารท้องถิ่น อาหารท้องถิ่นประเภทพืชผักผลไม้ เห็ดสาหร่าย สัตว์และแมลง รวมทั้งเครื่องเทศที่ใช้ในอาหารท้องถิ่น อาหารท้องถิ่นกับประเพณี นอกจากนี้ยังกล่าวถึงพฤติกรรมการกินอาหารของแต่ละท้องถิ่น คำศัพท์ที่เกี่ยวข้องในอาหารท้องถิ่นของแต่ละภาคของไทย

ผู้เรียบเรียงหวังเป็นอย่างยิ่งว่าตำราอาหารท้องถิ่นเล่มนี้ จะมีประโยชน์ต่อนักศึกษาและอาจารย์ รวมถึงบุคคลอื่น ๆ ที่สนใจจะช่วยกันอนุรักษ์และเผยแพร่เอกลักษณ์ของอาหารท้องถิ่นของไทยต่อไป

เสาวภา ศักยพันธ์

15 มกราคม 2548