

การศึกษาตำรับขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี*

STUDY OF THE THONG YOH SNACK STANDARD RECIPES FROM LOCAL WISDOM OF KAREN PEOPLE IN THONG PHA PHUM DISTRICT, KANCHANABURI PROVINCE

พรเทพ กลิ่นแดง¹, ศุภักษร มาแสวง¹, เปรมระพี อูยามาเวียรหิรัญ^{1*}, พิสุทธิ นกแน่น²

Pornthep Klindaeng¹, Supuksorn Masawang¹, Premraphi Ooaymaweerahirun^{1*}, Phisut Naknean²

¹คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร กรุงเทพมหานคร ประเทศไทย

¹Faculty of Home Economics Technology, Rajamangala University of Technology Phra Nakhon, Bangkok, Thailand

²คณะเทคโนโลยีและนวัตกรรมผลิตภัณฑ์การเกษตร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ นครนายก ประเทศไทย

²Faculty of Agricultural Product Innovation and Technology, Srinakharinwirot University, Nakhon Nayok, Thailand

*Corresponding author E-mail: Premraphi.o@rmutp.ac.th

*Tel: 094-479-5682

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษากระบวนการทำขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยงอำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี และ 2) สร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ปราชญ์ชาวบ้านชาวกะเหรี่ยง 9 คน จาก 3 ตำบล 9 หมู่บ้าน เครื่องมือวิจัย คือ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกกึ่งโครงสร้างและแบบบันทึกตำรับอาหาร วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหาและการจัดลำดับคะแนนความถี่ของภูมิปัญญาท้องถิ่น ผลการวิจัยพบว่า 1) ขนมทองโหย้เป็นอาหารพื้นถิ่นที่สะท้อนวัฒนธรรม อัตลักษณ์ชาติพันธุ์ ถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นผ่านการเรียนรู้แบบไม่เป็นทางการในครอบครัว วัตถุดิบหลัก ได้แก่ ข้าวเหนียว ข้าวไร่ เมล็ดงา และเกลือ กระบวนการผลิตเน้นการตำข้าวเหนียวขณะร้อนด้วยครกกะตือ เพื่อให้ได้เนื้อเนียน เหนียวนุ่ม และมีกลิ่นหอมเฉพาะ และ 2) การสร้างตำรับมาตรฐานจากการคัดเลือก 9 ตำรับ พบว่า มี 2 ตำรับที่มีความถี่สูงที่สุด คือ PL5 และ PL9 โดยตำรับ PL9 ได้รับการคัดเลือกเป็นต้นแบบตำรับ ประกอบด้วย ข้าวเหนียว ข้าวไร่นึ่งสุก 550 กรัม เมล็ดงา 170 กรัม และเกลือ 8 กรัม จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านเพื่อพัฒนาตำรับมาตรฐานคงอัตลักษณ์ดั้งเดิม พร้อมปรับปรุงการชั่งตวงและเครื่องมือให้มีคุณภาพสม่ำเสมอ เหมาะสมต่อการผลิตเชิงพาณิชย์และการถ่ายทอดองค์ความรู้ ผลการศึกษาชี้ว่าการพัฒนาตำรับมาตรฐานควบคู่การจัดการความรู้ช่วยอนุรักษ์และยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นสร้างมาตรฐานและต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์อาหารท้องถิ่นที่ได้รับการยอมรับ ส่งเสริมความภาคภูมิใจในชุมชนและสนับสนุนการเรียนรู้ด้านโภชนาการ และการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: ตำรับอาหาร, ขนมทองโหย้, ภูมิปัญญาท้องถิ่น



Abstract

This research aimed to: 1) Examine the traditional process of making Thong Yoh dessert based on the local wisdom of the Karen community in Thong Pha Phum District, Kanchanaburi Province; and 2) Develop a standardized recipe for Thong Yoh derived from Karen local knowledge in Kanchanaburi Province. A qualitative research methodology was employed. Data were collected from nine Karen local sages residing in three subdistricts and nine villages. Research instruments included semi-structured in-depth interviews and recipe recording forms. Data were analyzed using content analysis and a ranking system to assess the degree of traditional authenticity of each recipe. 1) The findings revealed that Thong Yoh is a traditional dessert that reflects cultural heritage and ethnic identity. The knowledge has been transmitted from generation to generation through informal learning within families and communities. The main ingredients consist of steamed upland glutinous rice, sesame seeds, and salt. A crucial step in the production process is pounding the hot glutinous rice in a large wooden mortar (foot-operated mortar), which creates a smooth, soft, and elastic texture with a distinctive aroma characteristic of the community. and 2) Regarding the development of a standardized recipe, nine traditional recipes were collected and evaluated. Two recipes, PL5 and PL9, received the highest authenticity scores. Recipe PL9 was selected as the prototype standard formula, consisting of 550 grams of steamed upland glutinous rice, 170 grams of sesame seeds, and 8 grams of salt. Through knowledge synthesis with local sages, the standardized recipe was developed to preserve its original identity while improving measurement accuracy and tool usage to ensure consistent quality. The results indicate that developing a standardized recipe alongside community knowledge management contributes to the preservation and enhancement of local wisdom, supports commercial production, promotes community pride, and fosters sustainable learning in nutrition and cultural tourism.

Keywords: Recipe Development, Thong Yoh Snack, Local Wisdom

บทนำ

ประเทศไทยเป็นแหล่งรวมความหลากหลายทางวัฒนธรรมและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน อาหารพื้นถิ่นและขนมท้องถิ่นถือเป็นส่วนสำคัญในการสะท้อนอัตลักษณ์ วิถีชีวิต และความสัมพันธ์ของชุมชนกับทรัพยากรในท้องถิ่น (วรารักษ์ ชื่อประดิษฐ์กุล และคณะ, 2559) อำเภอทองผาภูมิเป็นอำเภอหนึ่งของจังหวัดกาญจนบุรี ที่มีอาณาเขตติดต่อกับประเทศสหภาพเมียนมาร์ ชาติพันธุ์กะเหรี่ยงถือว่าเป็นชาติพันธุ์ที่อพยพมาอยู่ในพื้นที่อย่างยาวนาน และยังคงรักษาวัฒนธรรมไว้อย่างงดงาม วิถีชีวิตของชาวกะเหรี่ยงในอำเภอทองผาภูมิ มีวิถีชีวิตอิงตามธรรมชาติ และมีการประกอบอาหารที่ใช้วัตถุดิบที่มีอยู่ในธรรมชาติ ผูกพันกับความเชื่อ (มยุรี คุณเวียง, 2564) ซึ่งขนมทองโย๊ะเป็นขนมพื้นถิ่นชนิดหนึ่งของชาวกะเหรี่ยง โดยมีชื่อเรียกในภาษากะเหรี่ยงเรียกว่า หมี่ลี แปลว่า ข้าวบด

ที่ทำจากข้าวเหนียวหนึ่ง เมล็ดแฉ และเกลือ ตำด้วยครกไม้รวมกัน จนเป็นเนื้อเดียว รสชาติเค็มมัน นิยมทำเพื่อการทำบุญ นิยมทำกันในประเพณีท้องถิ่น และพิธีมงคลสมรส เป็นขนมพื้นบ้านที่มีความโดดเด่นของชาวกะเหรี่ยง ในอำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี (สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดกาญจนบุรี, 2559) อย่างไรก็ตามปัจจุบัน ความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และเทคโนโลยี ส่งผลให้เยาวชนรุ่นใหม่ และคนในชุมชนให้ความสำคัญต่อขนมทองโหยะ และภูมิปัญญาการทำขนมพื้นถิ่นลดน้อยลง ประกอบกับข้อมูลตำรับขนม และกรรมวิธีที่เป็นระบบยังมีน้อย โดยส่วนมากได้จากการกะปริมาณด้วยสายตา หรือใช้น้ำหนักมือตามความรู้สึก ทำให้รสชาติของขนมไม่คงที่ และไม่ได้มีการบันทึกไว้อย่างชัดเจน ดังนั้น การไม่มีตำรับมาตรฐานที่กำหนดสัดส่วนวัตถุดิบและขั้นตอนการผลิตอย่างชัดเจน การผลิตจึงอาศัยความรู้เชิงประสบการณ์ของผู้ทำเป็นหลัก ส่งผลให้คุณภาพผลิตภัณฑ์ไม่สม่ำเสมอ และยากต่อการควบคุมมาตรฐานด้านความปลอดภัยอาหาร นอกจากนี้ ยังเป็นอุปสรรคต่อการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการ และการพัฒนาเชิงพาณิชย์ในระดับชุมชน อันสะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการสร้างตำรับมาตรฐานเพื่อรักษาอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมควบคู่กับการพัฒนาผลิตภัณฑ์อย่างยั่งยืน รวมถึงอาจทำให้เสี่ยงต่อการสูญหายของมรดกทางวัฒนธรรมนี้ในอนาคต วิจัยด้านอาหารพื้นถิ่นที่ผ่านมาโดยส่วนใหญ่มุ่งเน้นการรวบรวมและบันทึกสูตรอาหาร ขณะที่ยังขาดการบูรณาการกระบวนการสร้างตำรับมาตรฐานเข้ากับกรอบแนวคิดการจัดการความรู้อย่างเป็นระบบ ซึ่งมีความสำคัญต่อการแปลงองค์ความรู้เชิงประสบการณ์ (Tacit Knowledge) ให้เป็นความรู้ที่ชัดเจน และถ่ายทอดได้ (วิจารณ์ พานิช, 2559) ดังนั้น การวิจัยครั้งนี้จึงมุ่งพัฒนาตำรับมาตรฐานขนมทองโหยะควบคู่กับกระบวนการจัดการความรู้ เพื่อธำรงรักษาและยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นให้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน การศึกษาตำรับมาตรฐานขนมทองโหยะจึงมีความสำคัญทั้งในมิติการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการพัฒนาองค์ความรู้เพื่อสร้างมาตรฐานตำรับที่ถูกต้อง แล้วยังสามารถนำไปถ่ายทอด หรือต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์อาหารพื้นถิ่นที่มีความหมายและคงคุณค่า เป็นที่ยอมรับกว้างขวาง อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นให้คนในชุมชนเกิดความภาคภูมิใจในวัฒนธรรมของตนเอง รวมถึงเป็นแหล่งเรียนรู้ด้านโภชนาการ อาชีพ การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และการท่องเที่ยวเชิงอาหารได้ (สุชาติ ธโนภาณุวัฒน์, 2567)

การวิจัยนี้มุ่งหมายเพื่อศึกษาข้อมูลองค์ความรู้ดั้งเดิม และภูมิปัญญาท้องถิ่นในกรรมวิธีการทำขนมทองโหยะจากชาวกะเหรี่ยงในพื้นที่อย่างละเอียด และพัฒนาตำรับมาตรฐานที่สามารถนำไปใช้ได้จริง ทั้งยังศึกษาคุณค่าที่เป็นประโยชน์ต่อชุมชน ผู้บริโภค และสร้างกระบวนการถ่ายทอดความรู้สู่คนรุ่นใหม่ เพื่อป้องกันการสูญหายของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ทรงคุณค่า นอกจากนี้ ข้อมูลจากงานวิจัยจะเป็นพื้นฐานสำหรับการส่งเสริมเศรษฐกิจฐานชุมชน และสร้างมูลค่าเพิ่มให้ผลิตภัณฑ์อาหารท้องถิ่นในระดับจังหวัด และระดับประเทศ การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารควรดำเนินการอย่างเป็นระบบ โดยเริ่มจากการรวบรวมองค์ความรู้เชิงประสบการณ์ของผู้ผลิตแปลงเป็นข้อมูลที่เป็นลายลักษณ์อักษร และพัฒนาเป็นตำรับมาตรฐาน ดังนั้น จึงมีความจำเป็นเพื่อสร้างองค์ความรู้ที่เป็นระบบ สืบสานวัฒนธรรมอาหารท้องถิ่น และต่อยอดการใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการทำขนมทองโหยะจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี
2. เพื่อสร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหยะจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 7 ตำบล 45 หมู่บ้าน โดยคัดเลือกเฉพาะตำบลที่มีชาวกะเหรี่ยงอาศัยอยู่ในชุมชนและมีภูมิปัญญาเกี่ยวกับการทำขนมทองโย๊ะ พบว่า มีอยู่ จำนวน 5 ตำบล 31 หมู่บ้าน ทำการคัดเลือกประชากรและผู้ให้ข้อมูลหลักร้อยละ 50 ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มตัวอย่าง แสดงในตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 ขนาดของกลุ่มตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย

ลำดับที่	ตำบล	หมู่บ้าน (แห่ง)	ขนาดตัวอย่างร้อยละ 50 (หมู่บ้าน)	จำนวนผู้ให้ข้อมูลหลัก (คน)
1	ท่าขนุน	5	3	3
2	ปิล็อก	4	2	2
3	ชะแล	7	4	4
รวม		16 แห่ง	9 หมู่บ้าน	9 คน

หมายเหตุ: การกำหนดขนาดตัวอย่างร้อยละ 50 ของจำนวนหมู่บ้านในแต่ละตำบล ใช้วิธีการคำนวณแล้วปัดเศษขึ้น (Ceiling) เป็นจำนวนเต็มทุกกรณี เพื่อป้องกันปัญหาจำนวนตัวอย่างที่เป็นเศษส่วนซึ่งไม่สามารถปฏิบัติได้จริง และเพื่อรักษาสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างไม่ให้ต่ำกว่าร้อยละ 50 ตามเกณฑ์ที่กำหนด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์เชิงลึกชนิดกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) สำหรับใช้ในการสัมภาษณ์
2. แบบบันทึกคำรับอาหาร สำหรับใช้ในการเก็บข้อมูล แหล่งที่มาของข้อมูล ผู้ให้ข้อมูล รูปภาพ ส่วนผสม วัตถุดิบ ปริมาณที่ใช้ และขั้นตอนกระบวนการทำขนมทองโย๊ะ

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสาร ตำรา บทความ และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์ชนิดกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโย๊ะของชาวกะเหรี่ยง
2. กำหนดโครงสร้างข้อคำถาม และประเด็นคำถามของแบบสัมภาษณ์ ที่ครอบคลุมวัตถุประสงค์ และเนื้อหาเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ นำโครงสร้างข้อคำถามที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 7 ท่าน พิจารณาความเหมาะสมของประเด็นคำถามของแบบสัมภาษณ์ชนิดกึ่งโครงสร้าง รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์เพื่อที่จะนำไปปรับปรุงแก้ไขให้มีความถูกต้องเหมาะสมครอบคลุมวัตถุประสงค์ แล้วนำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการปรับปรุงแก้ไขนำไปสัมภาษณ์
3. รวบรวมข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ชนิดกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis)
4. เก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์ขนมทองโย๊ะจากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จำนวน 9 แห่ง 9 ตำบล จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ด้วยแบบบันทึกคำรับอาหาร และใช้วิธีการเรียงจากระดับคะแนนความดั้งเดิมจากภูมิปัญญาท้องถิ่น แสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ตารางเกณฑ์การคัดเลือกผลิตภัณฑ์ที่คงความดั้งเดิมจากภูมิปัญญาท้องถิ่น

เกณฑ์การประเมิน	4 = คงความดั้งเดิมระดับ ดีเยี่ยม	3 = คงความดั้งเดิม ระดับดี	2 = คงความดั้งเดิมระดับ พอใช้	1 = คงความดั้งเดิม ระดับน้อย
1. ความดั้งเดิม ขององค์ความรู้	สืบทอดมาโดยตรง โดย ไม่เปลี่ยนแปลง	สืบทอดมา โดยมีการดัดแปลง เพียงเล็กน้อย แต่ยังคงรูปแบบหลัก	สืบทอดมาโดยดัดแปลง พอสมควรอัตลักษณ์ บางส่วนเริ่มเลือนหาย	ไม่สามารถระบุ แหล่งที่มาหรือไม่มี ความชัดเจน
2. กระบวนการผลิต แบบดั้งเดิม	ใช้กระบวนการแบบดั้งเดิม ทั้งหมด	ใช้กระบวนการดั้งเดิม ร่วมกับเทคโนโลยี	ใช้กระบวนการพึ่งพา เครื่องจักร/เทคโนโลยี มากกว่าครึ่ง	ใช้กระบวนการผลิตด้วย เทคโนโลยีใหม่ทั้งหมด
3. วัสดุและวัตถุดิบจาก ท้องถิ่น	ใช้วัตถุดิบใน พื้นที่ 100%	ใช้วัตถุดิบในพื้นที่ น้อยกว่า 70%	ใช้วัตถุดิบในพื้นที่บางส่วน น้อยกว่า 50%	ไม่ใช้วัตถุดิบในพื้นที่
4. รูปลักษณ์ดั้งเดิม	ลักษณะ/สี/รูปทรง คงแบบดั้งเดิมชัดเจน	ลักษณะ/สี/รูปทรง เปลี่ยนแปลงเล็กน้อย แต่ยังเห็นความดั้งเดิม	ลักษณะ/สี/รูปทรงคง ดั้งเดิมถูกเปลี่ยนแปลง ไปมาก	ลักษณะ/สี/รูปทรง ไม่มีความคล้ายคลึง กับต้นแบบเดิม
5. การสืบทอดและใช้ใน ชีวิตประจำวัน	ยังใช้ในชีวิตจริงและมีการ ถ่ายทอดรุ่นสู่รุ่น	มีการใช้น้อยลง แต่ยังถ่ายทอดได้	มีการใช้บ้างแต่ ไม่สม่ำเสมอ/ไม่ต่อเนื่อง	ไม่ใช้งานจริงแล้ว และไม่มีผู้สืบทอด
6. คุณค่าทางวัฒนธรรม และจิตวิญญาณ	สะท้อนความเชื่อหรือ พิธีกรรมอย่างเด่นชัด	สะท้อนความเชื่อหรือ พิธีกรรมที่เข้าใจได้ทั่วไป	สะท้อนความเชื่อหรือ พิธีกรรมที่ไม่เด่นชัด	ขาดความเชื่อมโยง การสะท้อนความเชื่อ หรือพิธีกรรม
7. การมีส่วนร่วม ของชุมชน	ชุมชนมีบทบาทหลัก ในการผลิตและ อนุรักษ์องค์ความรู้	ชุมชนมีการสนับสนุน จากบางกลุ่ม	ชุมชนมีการผลิต โดยบุคคลเดี่ยว หรือ ภายนอกชุมชนร่วม	ไม่มีส่วนร่วม ของชุมชน

เกณฑ์ระดับคะแนนคงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

คะแนนรวม	ระดับความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์
22 - 28 คะแนน	คงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ระดับดีเยี่ยม
15 - 21 คะแนน	คงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ระดับดี
8 - 14 คะแนน	คงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ระดับพอใช้
ต่ำกว่า 8 คะแนน	คงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ระดับน้อย

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

1. วิเคราะห์ข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษา โดยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) โดยดำเนินการจัดกลุ่ม เรียบเรียงข้อมูล และสังเคราะห์ ตามเนื้อหาที่ต้องการศึกษา สรุปประเด็นสำคัญ เพื่อให้ได้แนวทางจัดทำตำรามาตรฐานขนมทองหยี การอ้างอิงผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยสัญลักษณ์ PL ตามด้วยหมายเลขผู้ให้ข้อมูลในการนำเสนอผลการวิจัย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงกับประเด็นที่ศึกษา การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือตรวจสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ ด้วยวิธีการตรวจสอบข้อมูลสามเส้า (Data Triangulation) พิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้นั้น มีความถูกต้องหรือไม่ (บุษกร เขียวจินดา กานต์, 2561)

2. วิเคราะห์ข้อมูลการคัดเลือกผลิตภัณฑ์ที่คงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาท้องถิ่นจากการเก็บตัวอย่าง จำนวน 9 แห่ง จำนวน 9 ตำรับ โดยวิธีการเรียงจากระดับคะแนนคงความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ผลการวิจัย

1. ผลศึกษาการทำขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์เชิงลึกชนิดกึ่งโครงสร้าง และแบบบันทึกตำรับขนมทองโหย้ด้วยวิธีวิเคราะห์เชิงเนื้อหาโดยดำเนินการจัดกลุ่ม เรียบเรียงข้อมูล และสังเคราะห์ ตามเนื้อหาที่ต้องการศึกษา สรุปประเด็นสำคัญ เพื่อให้ได้แนวทางข้อมูลที่ต้องสมบูรณ์

ผลการวิเคราะห์ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

ขนมทองโหย้เป็นขนมพื้นบ้านดั้งเดิมของชาวกะเหรี่ยง สืบทอดกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษ มีความผูกพันอย่างแนบแน่นกับประเพณี ความเชื่อ และวิถีชีวิต โดยนิยมทำในงานบุญ งานแต่งงาน งานผูกแขน/ผูกข้อมือ และพิธีกรรมสำคัญต่าง ๆ รวมถึงใช้เป็นอาหารระหว่างการเดินทางหรือการอพยพในอดีต ชื่อเรียกในภาษากะเหรี่ยงว่า “หมี่ลี” หมายถึง “ข้าวบด” วัตถุดิบหลักมีเพียง 3 อย่าง ได้แก่ ข้าวเหนียว แง หรือ งาดำ และเกลือ ซึ่งล้วนเป็นวัตถุดิบท้องถิ่นที่ปลูกและหาได้ในชุมชน ดั้งเดิมไม่มีการชั่งตวงวัด ใช้วิธีกะประมาณตามประสบการณ์ กระบวนการผลิตเน้นการตำในครกกะเดื่อง โดยต้องตำขณะข้าวเหนียวยังร้อน เพื่อให้ส่วนผสมเข้ากันดี ได้เนื้อเหนียวนุ่มและละเอียด ความชำนาญและจังหวะการทำงานร่วมกันของผู้ตำเป็นองค์ความรู้สำคัญที่ถ่ายทอดผ่านการปฏิบัติจริง ปัจจุบันมีการปรับเปลี่ยนโดยนำมาแผ่ ตากแห้ง หั่นเป็นแท่ง และทอด รับประทานกับน้ำผึ้งหรือนมข้นหวาน สะท้อนการปรับตัวของภูมิปัญญาดั้งเดิมให้สอดคล้องกับบริบทสังคมที่เปลี่ยนแปลง แต่ยังคงแก่นของอัตลักษณ์และวัฒนธรรมกะเหรี่ยงไว้อย่างชัดเจนข้อมูลดังกล่าว

วิเคราะห์จากประโยคคำพูดผู้ให้สัมภาษณ์ (Quotation) ดังนี้

PL1 “...การทำขนมทองโหย้ มันเป็นขนมของชาวกะเหรี่ยง ภาษากะเหรี่ยง เรียกว่า “หมี่ลี” ส่วนผสมก็มีแค่ไม่กี่อย่าง ก็มีข้าวเหนียว งาดำ เกลือป่น สามอย่างแค่นี้แหละ เมื่อก่อนก็ใช้วัตถุดิบในท้องถิ่นแต่ตอนนี้มันไม่มีใครทำแล้ว ก็ส่วนมากก็ซื้อตามตลาดทั่วไป แรก ๆ ที่ยังไม่ได้ทำขายก็ไม่ได้ชั่งตวงอะไรแต่มาหลัง ๆ ที่ทำขายก็มีการชั่งตวงการทำก็ทำแบบมีการประยุกต์ใช้เครื่องปั่นช่วยปั่นงา ส่วนการทำอื่น ๆ ก็ทำแบบดั้งเดิมเลย ข้าวเหนียวก็ล้างน้ำให้สะอาดแล้วก็เอาไปแช่ค้างคืน ได้เสร็จก็เอามาใส่ในครกให้ข้าวเหนียวสุก จากนั้นเราก็เตรียมเอางาดำมาคั่วผสมกับเกลือ แล้วก็เอาไปปั่นในเครื่องปั่นให้ละเอียดเตรียมไว้ ข้าวเหนียวสุกก็เตรียมครกกับสาก โดยการโรยงาดำในครกเล็กน้อยนำข้าวเหนียวหนึ่งสูกใส่ลงในครกตำขณะข้าวเหนียวยังร้อน ๆ พร้อมกับสลับโรยงาดำบดใส่ลงไป ตำจนกว่าจะละเอียดไม่เป็นเม็ด แบ่งงาคั่วบดไว้เล็กน้อยสำหรับใช้โรยวางขนมทองโหย้ที่ตำเสร็จแล้วป้องกันการติดภาชนะ นำขนมทองโหย้ที่ตำมาคลึงบนภาชนะตัดเป็นแท่งสี่เหลี่ยม...” (มยุรี อินทร์กุล, 2568)

PL2 “...ขนมทองโหย้เป็นขนมท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง ปกติแล้วก็จะนิยมทำในงานบุญ ไม่ก็ทำขึ้นเพื่อเป็นอาหารในระหว่างการเดินทางของชาวกะเหรี่ยง เมื่อก่อนนั้นชาวกะเหรี่ยงจะอาศัยอยู่ตามแนวตะเข็บชายแดนมีการย้ายถิ่นฐานโดยจะอพยพกันไปเรื่อย ๆ เนื่องจากจุดที่พักเดิมนั้นไม่มีอาหารให้บริโภคแล้ว ก็เลยทำตำทองโหย้



ใส่กระบอกไม้ไผ่ไปกินระหว่างทางกันหิว วัตถุดิบก็ใช้ในท้องถิ่นนี้แหละปลูกเอง ทำไร่นาทำกัน ส่วนผสมก็มีข้าวเหนียว งาดำ ไม้ก้าน และเกลือมีแค่นี้แหละ 3 อย่าง ไม่ได้มีการวัดชั่งตวงอะไรหรอกสมัยก่อนก็กะ ๆ เอา ทำเอาตาม น้ำหนักมือตัวเอง ทองโหยงก็ใช้ครกกะเตี๋ยตำเอาตำให้ข้าวเหนียวกับงาละเอียดเข้ากันทำแบบนี้มาตั้งแต่รุ่นตาคุณยายก็ทำตาม ๆ กันมา ...” (วันดี ทองผาภูมิปฐวี, 2568)

PL3 “...ตั้งแต่โบร่ำโบราณ ตั้งแต่ปู่ ย่า ตา ยาย มา ทำกันในงานบุญ งานแต่งงาน งานผูกข้อมือข้อมือส่วนมากก็ทำกันในหมู่บ้าน ใช้ข้าวเหนียว แง แล้วก็เกลือ ใช้ในท้องถิ่นปลูกกันเอง กินกันในหมู่บ้านแลกเปลี่ยนกันไม่ได้ตวงหรือส่วนมากก็กะ ๆ เอา ถ้าจะตวงก็ใช้ข้าวเหนียว 3 กระป๋อง แง 1 กระป๋อง เกลือประมาณ 2 - 3 ช้อนกาแฟ ตำทองโหยงก็ตำในครกกะเตี๋ย เกิดมาแล้วรู้เรื่องก็เห็นเขาทำแบบนี้กันมา ตอนนั้นก็ทำตาม ๆ กันมา หนึ่งข้าวเหนียวให้สุกแล้วเอาไปตำกับแงคั่วบด ตำให้เข้ากัน แต่ต้องทำตอนข้าวเหนียวร้อน ๆ สลับกับโรยแงบดผสมกับเกลือไปเรื่อย ๆ ไม่ให้มันติดครกกับสาก ทำให้มันละเอียดเนียนเป็นก้อนเดียวกัน และกลับข้าวเหนียวไปมาขณะตำ เสร็จแล้วก็กินได้เลย เอาไปปิ้งไฟก่อน หรือกินเลยตอนร้อน ๆ แบบนี้ก็ได้ จิ้มหวาน ๆ กับน้ำผึ้งก็ได้...” (ชไมพร ทองผาภูมิภิตติ, 2568)

PL4 “...พี่ก็ไม่ค่อยรู้หรอกนะว่าประวัติความเป็นมามันเป็นยังไง เกิดมาพี่ก็เจอเลย แต่พอพี่เล่าให้ฟังว่ามันเป็นขนมท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง ส่วนมากทำกันในงานแต่งงาน งานพิธีต่าง ๆ มันเป็นขนมโบราณ ขนมพิธีตั้งแต่สมัยก่อนมันก็สืบทอด สืบเนื่องมาเรื่อย ๆ นะ พี่ก็รับมาอีกที สืบทอดมา มันมีชื่อเรียกกะเหรี่ยงอยู่ มันเรียกขนมทองโหยงตัวเนี่ยว่า หมี่ลี ส่วนผสมใช้ในพื้นที่กันทั้งหมด ข้าวเหนียวข้าว แง ข้างบนนี้จะใช้แง ไม่ใช่งาดำตำทองโหยง มันหอมกว่า อร่อยกว่างา วิธีการทำแซ่ข้าวเหนียวคั่วคั้น เอาไปนึ่งให้สุก เอามาตำรวมกันให้ละเอียดเข้ากัน แต่ต้องตำตอนข้าวเหนียวร้อน ๆ นะ ไม่งั้นมันจะไม่เข้ากัน เวลาตำเสร็จใหม่ข้าวเหนียวจะยังอุ่น ๆ กินแบบนี้อร่อยมาก แบบนี้แบบดั้งเดิมเลยทำกันมา สืบทอดกันมาแบบนี้เลย...” (พนัสสุณี เกรียงแสนภู, 2568)

PL5 “...ขนมทองโหยงเขาทำกันมาตั้งแต่บรรพบุรุษแล้ว ฉันเริ่มรู้เรื่องรู้ราวฉันก็รู้จักเลยเขาทำกันตอนมีงานประเพณีต่าง ๆ งานบุญ งานบวช งานแต่งงาน ผูกข้อมือเขาก็ทำกัน คนในหมู่บ้านก็มาช่วยกันทำ ของที่ใช้ทำไม่มีอะไรมาก มีข้าวเหนียว 3 กระป๋อง แงคั่ว 1 กระป๋อง แล้วก็เกลือป่นตามชอบเลย ทำก็เอาข้าวเหนียวแช่น้ำค้างคืนนะ 1 คืน เช้ามาก็เอาข้าวเหนียวมานึ่งให้ข้าวเหนียวสุก ตำแ่งในครกกะเตี๋ยกับเกลือให้ละเอียด เหลือในครกไว้ชนิดหนึ่ง แล้วก็เอาข้าวเหนียวนึ่งร้อน ๆ เทใส่ลงไปในครก แล้วโรยแงที่เราตำไว้ลงไป ค่อยสลับโรย ตำไปด้วย โรยไปด้วย ตำจนมันเหนียวละเอียด ยิ่งละเอียดยิ่งดี ยิ่งเหนียวนุ่ม แบบที่บอกต้องตำตอนข้าวเหนียวมันร้อน ๆ นะ ถ้าไม่ร้อนละเอียดเลย มันจะไม่ค่อยละเอียด กินแล้วจะไม่ค่อยอร่อย...” (สุภัทรา นทิพรพนา, 2568)

PL6 “...ไม่รู้ว่าจะเกิดขึ้นมาตั้งแต่กี่ร้อยปีแล้ว เพราะเกิดมารู้เรื่องก็เห็นเลย เห็นมาตั้งแต่เกิดแล้ว แล้วคนกะเหรี่ยงก็ไม่ได้มีบันทึกแบบนี้ไว้ว่ามันเป็นมาไง หมี่ลีเป็นขนมของชาวกะเหรี่ยงที่มีมาตั้งแต่ปู่ ย่า ตา ยาย เขาทำกันมาคู่กับประเพณีของชาวกะเหรี่ยง ส่วนมากเขาก็ทำกันในงานแต่งงาน อันนี้ขาดไม่ได้ ผูกแขนต้องใช้ ปัจจุบันก็ยังทำกันอยู่ หมี่ลีมีส่วนผสม 3 อย่าง ข้าวเหนียวไร ที่นี้ก็ปลูกกันเอง แล้วก็แงคั่วกับเกลือ เอาข้าวเหนียวแช่ค้างคืนนะ แล้วก็เอามานึ่งให้สุก แล้วระหว่างรอก็เอาแงไปคั่วให้หอม แล้วก็เอามาบดกับครกก่อนให้ละเอียดผสมกับเกลือเก็บไว้โรยตอนตำกับข้าวเหนียว เทข้าวเหนียวลงไป โรยแงบด แล้วก็ตำได้เลย โรยแงสลับกับตำไปเรื่อย ๆ ตำตอนข้าวเหนียวมันร้อน ๆ มันจะเข้ากันแล้วก็รวมกับแงดี แต่ตำตอนข้าวเหนียวมันเย็นมันจะตำยากไม่ค่อยละเอียด ตำเสร็จก็กินได้เลย...” (มะระงวย, 2568)

PL7 “...เทศกาลที่ก็จะมีการรวมตัวกันของชาวกะเหรี่ยงแต่ละบ้าน เพื่อทำขนมทองโย๊ะ หรือกะเหรี่ยงเขาจะเรียกว่า หมีสี่ ไปร่วมงานบุญ งานแต่งงาน งานผูกข้อมือ มันเป็นความเชื่อแล้วก็ประเพณีของคนกะเหรี่ยงนะ ทำตาม ๆ กันมาตามความเชื่อ แต่ขนมที่นิยมทำกันก็เป็นทองโย๊ะนี่แหละ แล้วก็ข้าวเหนียวก็ใช้ที่ปลูกเองในหมู่บ้าน เก็บเกี่ยวแล้วก็แบ่งกันในหมู่บ้าน เมล็ดงาก็ปลูกเอาไว้กินกัน การทำทองโย๊ะก็ทำตาม ๆ กันมาตามบรรพบุรุษ หนึ่งข้าวเหนียวให้สุกเอาไปตำรวมกันกับแฉ่ำควดให้ละเอียดตำรวมกันให้เนื้อละเอียดไม่เป็นเม็ดข้าวเหนียว...” (จรัสฯ, 2568)

PL8 “...ก็มันเป็นขนมที่ทำกันตามประเพณีของชาวกระเหรี่ยง ส่วนมากเขาไม่รู้จักกัน เพิ่งจะมารู้จักกันนี้แหละ คนไทยขึ้นมาจากเมืองยังไม่ว่าด้วยซ้ำว่าขนมทองโย๊ะ คือ อะไร ส่วนมากใช้งานมงคล ส่วนผสมก็มี ข้าวเหนียว แล้วก็มีเกลือ มีแค่ 3 อย่างนี้แหละ ส่วนมากในท้องถิ่นปลูกเอง ปกติไม่ได้ซื้อมาหรอก ใช้กะเอาเลยน้ำหนักรมือ ทำแบบดั้งเดิมของกะเหรี่ยงเลย เขาทำกันไม่ได้มีกระบวนการอะไรทำแค่ได้กิน ไม่ก็ทำตอนมีงานบุญ ทำก็ไม่ยากหรอก แซ่ข้าวเหนียว ค้างคืนไว้เวลาเอามาหนึ่งแล้วตำมันจะตำง่าย แซ่ตอนเย็น ๆ เข้ามาก็หนึ่ง ตำรวมกะแ่งให้เข้ากัน แ่งก็เอาไปคั่วก่อนให้หอม แล้วก็เอามาตำรวมกับเกลือโรย ๆ ตำรวมกับข้าวเหนียวร้อน ๆ นะ ถ้าไม่ร้อนเวลาตำมันไม่รวมกัน ตำแบบแรง ๆ แล้วก็ต้องเร็วด้วย ถ้ามันเย็นแล้วมันจะไม่เข้ากัน...” (มะเต็งช่วย, 2568)

PL9 “...หนูก็ไม่ค่อยรู้เรื่องมากนะความเป็นมา เพราะหนูโตขึ้นมาหนูก็เห็นแล้ว แต่พ่อแม่ก็เล่าให้ฟังว่า ปกติเขาจะทำกันตอนมีงานบุญ งานแต่งงาน งานผูกแขน เขาจะทำกันชาวกะเหรี่ยงจะขาดไม่ได้เลยมันผูกพันกับ ประเพณีของคนกะเหรี่ยง ส่วนผสมที่ใช้กันก็มี ข้าวเหนียวข้าวไร้นะ ปลุกกันเองเมื่อก่อนจะไม่ค่อยสวย แล้วก็อีกอย่าง ก็คือ แง เป็นเม็ดกลม ๆ เอาไปคั่ว หอมกว่า งา บดแล้วผสมรวมกับเกลือ การทำก็ไม่ยากค่ะ แต่มันต้องใช้แรงแล้ว ก็ความชำนาญนิดนึงเพื่อให้มันเข้ากันเร็วมันต้องใช้จังหวะในการตำไม่ให้ข้าวเหนียวมันเย็นมันจะตำไม่ลง เอาข้าว เหนียวลงใส่ครกแล้วก็โรยแ่งไปเรื่อยจนละเอียดแล้วก็เนียนเป็นเนื้อเดียวกันมันจะเหนียวนุ่ม ตำเสร็จก็กินร้อน ๆ ได้เลยเหนียว ๆ นุ่ม ๆ เค็มนิด ๆ หอมแ่งคั่ว...” (ศิริรัตน์ แก้วโมน, 2568)

ตารางที่ 3 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์ข้อมูลความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโย๊ะ
ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

[illegible]

2. ผลการวิเคราะห์ด้านตำรับการทำขนมทองโง๊ะของชาวกระเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

ผลการวิเคราะห์ด้านตำรับการทำขนมทองโง๊ะของชาวกระเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี จากการสัมภาษณ์และแบบบันทึกตำรับอาหาร และเก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์ จำนวน 9 แห่ง 9 ตำรับ แสดงในตารางที่ 4 และภาพที่ 1

ตารางที่ 4 ตำรับขนมทองโง๊ะจากผู้ให้ข้อมูลหลักปราชญ์ชาวบ้าน จำนวน 9 คน รหัส PL1 - PL9

ส่วนผสม	ปริมาณส่วนผสม (กรัม)								
	PL1	PL2	PL3	PL4	PL5	PL6	PL7	PL8	PL9
ข้าวเหนียวนึ่งสุก	2,900	2,900	-	2,900	-	-	-	-	-
ข้าวเหนียวนึ่งสุก (ข้าวไร่)	-	-	1,500	-	1,166	3,565	1,550	3,200	550
งาดำคั่ว	550	348	-	-	-	-	-	-	-
แฉะ	-	-	257	382	173	503	198	479	170
เกลือไทยเม็ด	-	-	-	-	-	17	-	12	-
เกลือไทยป่น	10	6	10	8	10	-	6	-	8

หมายเหตุ: เครื่องหมาย - หมายถึง ไม่มีปริมาณส่วนผสมในตำรับ



ข้าวเหนียว ข้าวเหนียว ข้าวไร่ เมล็ดแฉะ เมล็ดงาดำ เกลือป่น

ภาพที่ 1 ภาพวัตถุดิบการทำขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกระเหรี่ยง

จากข้อมูลดังกล่าว สามารถสรุปขั้นตอนการทำขนมทองโง๊ะของชาวกระเหรี่ยง อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี ได้ดังภาพต่อไปนี้



1. แช่ข้าวเหนียวข้าวไร่ 6 ชั่วโมง



2. ล้างข้าวเหนียวให้สะอาด



3. นำข้าวเหนียวนึ่งในหวดให้สุกทั่วกัน ใช้เวลา 30 นาที

ภาพที่ 2 ขั้นตอนการทำขนมทองโง๊ะของชาวกระเหรี่ยง อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี 1 - 3



4. คั่วเมล็ดงา/งาดำ ผสมกับเกลือใน
กระทะจนกระทั่งสุก



5. ตำแ่งด้วยครกกระต๋อง
ให้ละเอียด



6. เตรียมครกกะต๋องโดยการโรยแง/งาดำ
ที่ตำไว้ลงในครกเล็กน้อย

ภาพที่ 3 ขั้นตอนการทำขนมทองโหย้ะของชาวกระเหรี่ยง อำเภอดงพญาเย็น จังหวัดกาญจนบุรี 4 - 6



7. ตำข้าวเหนียวขณะร้อนสลับ
กับโรยงาปนดำนกว่าข้าวเหนียว
เป็นเนื้อเดียวกันโดยให้ตำแบบแรง
และเร็ว ไม่ควรตำเกิน 5 นาที



8. ฟังจนมให้พอหมดประมาณ 30 นาที
แล้วกลับด้านฟังต่ออีก 30 นาที



9. นำมาตัดเป็นแท่งสี่เหลี่ยม
ขนาด 1.5×4 เซนติเมตร
แล้วฝังต่ออีก 30 นาที

ภาพที่ 4 ขั้นตอนการทำขนมทองโหย้ะของชาวกระเหรี่ยง อำเภอดงพญาเย็น จังหวัดกาญจนบุรี 7 - 9

ผลการคัดเลือกความดั้งเดิมจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง อำเภอนาทม จังหวัดน่าน
จากการเก็บตัวอย่างผลิตภัณฑ์ จำนวน 9 แห่ง 9 ตำบล แล้วคัดเลือกตัวอย่างด้วยเกณฑ์การประเมินความดั้งเดิม
ของภูมิปัญญาท้องถิ่นในการขนมทองโหย้ แสดงดังตารางที่ 5 และตารางที่ 6

ตารางที่ 5 แสดงผลคะแนนความพึงพอใจของตำรวจรับชมทงโยะจากภูมิปัญญาท้องถิ่น

ตัวรับ	คะแนนความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่นในการชมทอโย๊ะ																								คะแนน	$\bar{x}$				
	ความดั้งเดิมขององค์ความรู้				กระบวนการผลิตแบบดั้งเดิม				วัสดุและวัตถุดิบจากท้องถิ่น				รูปลักษณ์ดั้งเดิม				การสืบทอดและใช้ในวิถีประจำวัน				คุณค่าทางวัฒนธรรมและจิตวิญญาณ						การมีส่วนร่วมของชุมชน			
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1						
PL1	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	✓	-	-	-	17	2.42		
PL2	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	13	1.85		
PL3	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	23	3.28		



ตารางที่ 5 แสดงผลคะแนนความดั้งเดิมของตำรับขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่น (ต่อ)

ตำรับ	คะแนนความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่นในการขนมทองโง๊ะ																												คะแนน	$\bar{x}$
	ความดั้งเดิมขององค์ความรู้				กระบวนการผลิตแบบดั้งเดิม				วัสดุและวัตถุดิบจากท้องถิ่น				รูปลักษณ์ดั้งเดิม				การสืบทอดและใช้ในชีวิตประจำวัน				คุณค่าทางวัฒนธรรมและจิตวิญญาณ				การมีส่วนร่วมของชุมชน					
	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	3	2	1		
PL4	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	21	3.00		
PL5	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	24	3.42		
PL6	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	22	3.14		
PL7	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	23	3.28		
PL8	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	21	3.00		
PL9	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	✓	-	-	-	-	✓	24	3.42		

ตารางที่ 6 ผลคะแนนและระดับความดั้งเดิมของขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง

ตำรับขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง 9 ตำรับ					
ตำรับ	ตัวอย่างขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่น	ค่าคะแนน/ระดับความดั้งเดิม	ตำรับ	ตัวอย่างขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่น	ค่าคะแนน/ระดับความดั้งเดิม
PL5		24 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม	PL9		24 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม
PL3		23 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม	PL7		23 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม
PL6		22 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม	PL8		21 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม
PL4		21 คะแนน/ ระดับดีเยี่ยม	PL1		17 คะแนน/ ระดับดี
PL2		13 คะแนน/ ระดับพอใช้			

ผลการคัดเลือกตำรับขนมทองโง๊ะจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี ทั้ง 9 ตำรับ พบว่า ตำรับ PL5 และ PL9 ได้ค่าคะแนนความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ 24 คะแนน จาก 28 คะแนนเต็ม โดยมีค่าเฉลี่ย 3.42 ซึ่งจัดอยู่ในระดับระดับดีเยี่ยม เป็นตำรับที่ได้รับระดับคะแนนความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์สูงที่สุดในกลุ่ม รองลงมา ได้แก่ ตำรับ PL3 และ PL7 ได้ค่าคะแนนความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ 23 คะแนน โดยมีค่าเฉลี่ย 3.28 ผู้วิจัยจึงเลือก 2 ตำรับ ได้แก่ PL5 และ PL9 ตามลำดับความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวกะเหรี่ยง เพื่อใช้เป็นตำรับต้นแบบ เพราะมีค่าความดั้งเดิมสูงสุดในทุกมิติสำคัญ ความดั้งเดิมขององค์ความรู้ที่มีการสืบทอดมาโดยตรงจากบรรพบุรุษ รวมทั้งแหล่งวัตถุดิบที่ใช้ในท้องถิ่น กระบวนการทำแบบดั้งเดิม มีการสะท้อนความเชื่อเกี่ยวกับวัฒนธรรม ประเพณี จึงเป็นตำรับที่ควรนำไปพัฒนาเป็นต้นแบบการทำตำรับมาตรฐาน PL9 ถูกนำมาพัฒนาเป็นตำรับต้นแบบโดยการคัดเลือกจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก มีส่วนผสมข้าวเหนียวขาวไร่หนึ่งสุก 550 กรัม เมล็ดแฉะ 170 กรัม



และเกลือ 8 กรัม จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านและผู้เชี่ยวชาญในชุมชน สามารถพัฒนาตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้ได้ โดยยังคงรักษาอัตลักษณ์ดั้งเดิมของขนมไว้ ขณะเดียวกันมีการปรับกระบวนการบางขั้นตอน การชั่งตวงวัตถุดิบ และการปรับใช้เครื่องมือ อุปกรณ์ เพื่อให้ได้คุณภาพที่สม่ำเสมอ เหมาะสมต่อการผลิตในเชิงพาณิชย์ และการถ่ายทอดองค์ความรู้ ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่าตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้ควบคู่กับกระบวนการจัดการความรู้ เพื่อธำรงรักษาและยกระดับภูมิปัญญาท้องถิ่นให้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน

อภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัยกำหนดไว้ ดังนี้

ศึกษาการทำขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

ขนมทองโหย้หรือ “หมี่ลี” เป็นอาหารพื้นบ้านที่มีความผูกพันกับวิถีชีวิต ความเชื่อ และประเพณีของชาวกะเหรี่ยงมาอย่างยาวนาน โดยเฉพาะการใช้ในพิธีกรรมสำคัญ เช่น งานบุญ งานแต่งงาน และพิธีผูกข้อมือ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุภางค์ จันทวานิช ที่สรุปว่าภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่หมายถึง องค์ความรู้ซึ่งเกิดจากการสังสมประสบการณ์ของชุมชนและถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นผ่านการปฏิบัติจริง (สุภางค์ จันทวานิช, 2559) กระบวนการทำขนมทองโหย้ยังคงยึดรูปแบบดั้งเดิม โดยใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น ได้แก่ ข้าวเหนียวข้าวไร่น้ำตาล เมล็ดงา หรืองาดำ และเกลือ ซึ่งสะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างอาหารกับทรัพยากรธรรมชาติในชุมชน สอดคล้องกับแนวคิดของ จักรินทร์ ภูสีน้ำ สรุปว่า มนุษยวิทยาอาหารที่มองว่าอาหารเป็นผลผลิตของสิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม และโครงสร้างทางสังคม องค์ความรู้ที่เกิดจากการสังสมประสบการณ์และการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง โดยถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นภายในครอบครัวและชุมชน ผ่านวิธีการสังเกต การช่วยงาน และการเรียนรู้ร่วมกับผู้สูงอายุ ซึ่งสะท้อนลักษณะของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่อยู่ในรูปของความรู้ฝังลึก มีความเรียบง่าย สะท้อนแนวคิดการพึ่งพาตนเองและการใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า (จักรินทร์ ภูสีน้ำ, 2568) นอกจากนี้ ขั้นตอนสำคัญ เช่น การตำข้าวเหนียวขณะยังร้อน แสดงให้เห็นถึงความรู้เชิงประสบการณ์ ที่สังสมจากการปฏิบัติซ้ำ ๆ จนเกิดเป็นทักษะเฉพาะที่ไม่สามารถถ่ายทอดได้จากตำราเพียงอย่างเดียว ผลดังกล่าวมีความสอดคล้องกับ ทฤษฎีการถ่ายทอดวัฒนธรรม ที่อธิบายว่าการดำรงอยู่ของวัฒนธรรมและองค์ความรู้ของชุมชนขึ้นอยู่กับกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม โดยเฉพาะความสัมพันธ์ในชุมชน ซึ่งมีบทบาทสำคัญต่อความต่อเนื่องของวัฒนธรรมชุมชน นอกจากนี้ การทำขนมทองโหย้เป็นตัวอย่างที่ชัดเจนของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ผสานองค์ความรู้ด้านอาหาร วัฒนธรรม และสังคมเข้าด้วยกัน และมีบทบาทสำคัญในการธำรงอัตลักษณ์ของกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยงในพื้นที่จังหวัดกาญจนบุรี การทำขนมทองโหย้ยังสะท้อนแนวคิด อาหารกับวัฒนธรรมที่มองว่าอาหารเป็นสื่อทางวัฒนธรรมซึ่งแสดงถึงอัตลักษณ์ ความเชื่อ และวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์ โดยขนมทองโหย้ไม่ได้เป็นเพียงอาหารเพื่อการบริโภคเท่านั้น แต่ยังมีบทบาทเชิงสัญลักษณ์ในพิธีกรรมและประเพณีของชาวกะเหรี่ยง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ศศิธร ศรีทองเพ็ง และจุฑามาศ พิรพัชระ ที่ระบุว่าอาหารพื้นถิ่นเป็นกลไกสำคัญในการธำรงอัตลักษณ์ทางวัฒนธรรมของชุมชน (ศศิธร ศรีทองเพ็ง และจุฑามาศ พิรพัชระ, 2567) การตำขนมทองโหย้ในขณะที่ข้าวเหนียวยังร้อน และการใช้ครกเกว้งร่วมกันของคนในชุมชน แสดงให้เห็นถึง “การเรียนรู้เชิงปฏิบัติการ” ซึ่งเกิดจากการลงมือทำจริงมากกว่าการเรียนรู้เชิงทฤษฎี การเรียนรู้ที่ยั่งยืนเกิดจากประสบการณ์ตรง

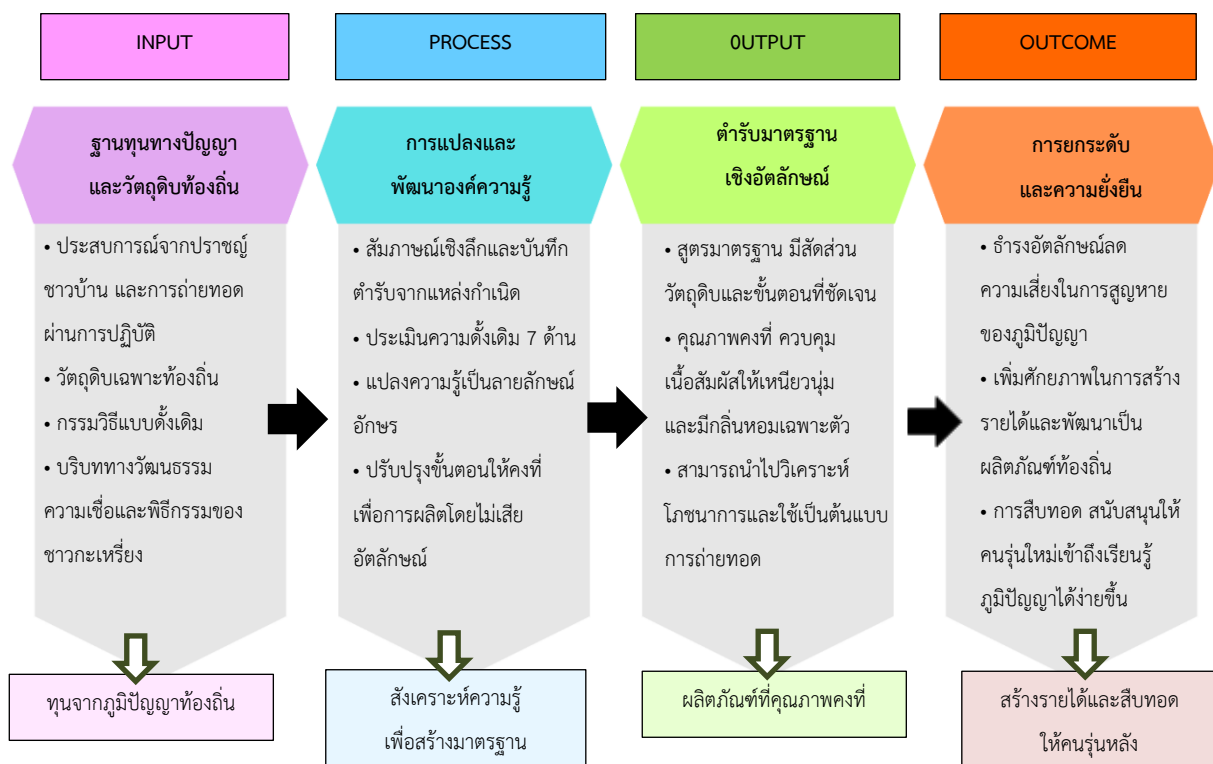
สร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี

ผลการวิจัยสามารถสังเคราะห์ตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้ได้จากการรวบรวมข้อมูลตำรับของปราชญ์ชาวบ้านชาวกะเหรี่ยง และนำมาวิเคราะห์คัดเลือกตัวอย่างจากเกณฑ์การประเมินความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าภูมิปัญญาที่เดิมอยู่ในลักษณะความรู้ฝังลึก สามารถพัฒนาให้เป็นความรู้ชัดแจ้งได้ ตำรับขนมทองโหย้จากปราชญ์ชาวบ้านทั้ง 9 ตำรับ มีความแตกต่างกันในด้านปริมาณวัตถุดิบ และรายละเอียดของกระบวนการผลิต แต่ยังคงยึดหลักการทำแบบดั้งเดิมเหมือนกัน เมื่อนำเกณฑ์การประเมินความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่นมาคัดเลือกตำรับต้นแบบ พบว่า ตำรับ PL5 และ PL9 ได้คะแนนความดั้งเดิมสูงสุด อยู่ในระดับดีเยี่ยม ผลการคัดเลือกตำรับขนมทองโหย้ พบว่า ตำรับที่มีคะแนนความดั้งเดิมสูงสุดเป็นตำรับที่ยังคงรักษาองค์ประกอบหลัก ได้แก่ วัตถุดิบ กระบวนการผลิต และการใช้ในบริบททางวัฒนธรรมอย่างครบถ้วน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่เน้น “การคงคุณค่าเดิมควบคู่กับการปรับใช้” (ศิริพงศ์ รักใหม่ และคณะ, 2563) การนำตำรับที่มีความดั้งเดิมสูงมาพัฒนาเป็นตำรับมาตรฐาน ช่วยให้เกิดความชัดเจนด้านสัดส่วนวัตถุดิบและขั้นตอนการผลิต โดยยังคงอัตลักษณ์และคุณค่าทางวัฒนธรรมของชุมชนไว้ได้อย่างครบถ้วน ผลการวิจัยจึงสะท้อนให้เห็นว่า การสร้างตำรับมาตรฐานสามารถทำได้โดยไม่ทำลายรากฐานของภูมิปัญญาท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม การพัฒนาตำรับมาตรฐานเพื่อรองรับการผลิตในเชิงพาณิชย์จำเป็นต้องพิจารณาถึงการรักษาสสมดุลระหว่าง “มาตรฐานเชิงพาณิชย์” กับ “คุณค่าทางใจของชุมชน” กล่าวคือ แม้การกำหนดสัดส่วนวัตถุดิบที่แน่นอน การควบคุมคุณภาพ และการปรับกระบวนการผลิตให้สอดคล้องกับหลักสุขาภิบาลอาหาร จะช่วยเพิ่มศักยภาพในการจำหน่ายและสร้างรายได้ให้ชุมชน แต่หากการปรับเปลี่ยนดังกล่าวมุ่งเน้นเพียงประสิทธิภาพทางเศรษฐกิจ อาจทำให้ความหมายเชิงสัญลักษณ์ ความผูกพันทางวัฒนธรรม และบทบาทของขนมทองโหย้ในพิธีกรรมหรือวิถีชีวิตดั้งเดิมลดทอนลงได้ ดังนั้น ผลการวิจัยนี้จึงชี้ให้เห็นว่าการกำหนดมาตรฐานควรยึดหลัก มาตรฐานบนฐานอัตลักษณ์ คือ การกำหนดกรอบที่ชัดเจนด้านคุณภาพและความปลอดภัย ควบคู่กับการคงองค์ประกอบหลักที่สะท้อนตัวตนของชุมชน เช่น การใช้วัตถุดิบพื้นถิ่น กระบวนการผลิตที่ยังคงลักษณะดั้งเดิมบางขั้นตอน และการสื่อสารเรื่องราวความเป็นมาของขนมควบคู่กับการจำหน่าย แนวทางดังกล่าวไม่เพียงแต่เพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจ แต่ยังเสริมสร้างคุณค่าทางใจ ความภาคภูมิใจ และการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน อันเป็นปัจจัยสำคัญของความยั่งยืน ผลดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดของ นิขมน ภมร และพัชรี ต้นติวิภาวิน ที่ระบุว่า หากไม่มีการรวบรวมและจัดระบบองค์ความรู้ ภูมิปัญญาจะเสี่ยงต่อการสูญหายไปพร้อมกับผู้รู้ การสร้างตำรับมาตรฐานจึงเป็นแนวทางสำคัญในการอนุรักษ์และต่อยอดภูมิปัญญาท้องถิ่นให้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในเชิงการศึกษาและเศรษฐกิจชุมชนได้อย่างยั่งยืน (นิขมน ภมร และพัชรี ต้นติวิภาวิน, 2563) ขณะเดียวกัน งานวิจัยของ ลลิตา พิมพ์า และรักษดาวัลย์ ศิริตาคำ ยังชี้ให้เห็นว่าการจัดทำตำรับมาตรฐานอาหารพื้นถิ่นเป็นกลไกสำคัญในการถ่ายทอดองค์ความรู้สู่คนรุ่นใหม่ และการต่อยอดเชิงเศรษฐกิจชุมชน (ลลิตา พิมพ์า และรักษดาวัลย์ ศิริตาคำ, 2564) ดังนั้น การรักษาสมดุลระหว่างมาตรฐานเชิงพาณิชย์กับคุณค่าทางใจของชุมชนจึงมีใช้การเลือกอย่างใดอย่างหนึ่ง หากแต่เป็นกระบวนการบูรณาการที่ให้ความสำคัญทั้งต่อความถูกต้องตามหลักวิชาการและความหมายเชิงวัฒนธรรม อันจะนำไปสู่การพัฒนาผลิตภัณฑ์ขนมทองโหย้ที่มีทั้งคุณภาพ มูลค่า และคุณค่าทางจิตใจควบคู่กันอย่างยั่งยืน



องค์ความรู้ใหม่

การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อพัฒนาตำรับมาตรฐานขนมทองโหยะของชาวกะเหรี่ยง (KAREN-TY Standardization Model) คือ แนวทางใหม่ที่แปลงทุนทางวัฒนธรรมให้เป็นมาตรฐานโดยยังรักษาความดั้งเดิมของรสชาติและกระบวนการผลิต ผ่านผลิตภัณฑ์คุณภาพในรูปแบบ “ตำรับมาตรฐานเชิงอัตลักษณ์” ที่ผ่านการพิสูจน์ด้วยเกณฑ์การประเมินความดั้งเดิมของผลิตภัณฑ์ ควบคู่กับการอนุรักษ์และถ่ายทอดภูมิปัญญาสู่คนรุ่นใหม่ และเป็นการพัฒนาขนมท้องถิ่นให้ได้มาตรฐาน สร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ โดยไม่สูญเสียรากเหง้าทางวัฒนธรรม



ภาพที่ 5 โมเดลการจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อสร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหยะของชาวกะเหรี่ยง
KAREN-TY Standardization Model

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุป 1) ศึกษาการทำขนมทองโหยะจากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี ขนมทองโหยะหรือ “หมี่ลี” เป็นอาหารพื้นถิ่นที่มีความสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับวิถีชีวิต ความเชื่อ และพิธีกรรมของชาวกะเหรี่ยง ใช้วัตถุดิบหลักเพียง 3 ชนิด ได้แก่ ข้าวเหนียว แง งาดำ และเกลือ โดยการผลิตเป็นแบบดั้งเดิม ไม่มีการชั่งตวงวัด ใช้กะประมาณจากประสบการณ์ และเน้นการตำข้าวเหนียวในขณะที่ยังร้อนเพื่อให้ได้เนื้อสัมผัสที่ละเอียด เหนียวนุ่มและมีกลิ่นหอมเฉพาะตัวการทำขนมทองโหยะของชาวกะเหรี่ยงเป็นองค์ความรู้ที่สืบทอดจากบรรพบุรุษผ่านการเรียนรู้แบบไม่เป็นทางการภายในครอบครัวและชุมชน โดยอาศัยการสังเกต การจดจำและการลงมือปฏิบัติจริง เป็นความรู้ที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์ของคนในชุมชนและมีการถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นโดยมิได้มีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษร

อย่างเป็นระบบ การเลือกใช้วัตถุดิบซึ่งเป็นทรัพยากรที่หาได้ในท้องถิ่น สะท้อนให้เห็นถึงอัตลักษณ์ และวิถีชีวิตของกลุ่มชาติพันธุ์ นอกจากนี้ ขั้นตอนสำคัญ เช่น การดำข้าวเหนียวขณะยังร้อน แสดงถึงองค์ความรู้เชิงประสบการณ์ที่ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยสูตรตายตัว แต่ต้องอาศัยทักษะและความชำนาญ ที่เน้นการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติและการถ่ายทอด และ 2) สร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้จากภูมิปัญญาของชาวกะเหรี่ยง จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านและผู้เชี่ยวชาญในชุมชน สามารถพัฒนาตำรับมาตรฐาน โดยยังคงรักษาอัตลักษณ์ดั้งเดิมของขนมไว้ ขณะเดียวกันมีการปรับกระบวนการบางขั้นตอน เช่น การชั่งตวง และการปรับใช้เครื่องมือ อุปกรณ์ เพื่อให้ได้คุณภาพที่สม่ำเสมอ เหมาะสมต่อการผลิตในเชิงพาณิชย์และการถ่ายทอดองค์ความรู้การคัดเลือกตำรับขนมทองโหย้จากผู้ให้ข้อมูล และการประเมินความดั้งเดิมของภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำให้สามารถคัดเลือกตำรับต้นแบบที่มีความเหมาะสมในการนำมาสร้างเป็นตำรับมาตรฐานได้ เพื่อให้สามารถถ่ายทอด และควบคุมคุณภาพได้อย่างสม่ำเสมอ โดยใช้วิธีการเป็นระบบขั้นตอนมาตรฐาน การสร้างตำรับมาตรฐานขนมทองโหย้ช่วยลดความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการกะประมาณแบบดั้งเดิม และเอื้อต่อการนำไปใช้เป็นต้นแบบในการทำ เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ที่เน้นการอนุรักษ์ควบคู่ไปกับการปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทสังคมร่วมสมัย สะท้อนให้เห็นว่าการสร้างมาตรฐานไม่ได้เป็นการลดทอนคุณค่าภูมิปัญญาแต่เป็นการเสริมความยั่งยืนให้กับองค์ความรู้ท้องถิ่น ข้อเสนอแนะในการวิจัย 1) สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดควรจัดทำฐานข้อมูลดิจิทัลด้านภูมิปัญญาอาหารชาติพันธุ์อย่างเป็นระบบเพื่อป้องกันการสูญหาย และ 2) วิสาหกิจชุมชนควรนำตำรับมาตรฐานไปพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ชุมชนเพื่อเพิ่มมูลค่าเชิงเศรษฐกิจ

เอกสารอ้างอิง

- จิ่งซ่า. (25 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- จักรินทร์ ภูสีน้ำ. (2568). การศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมไทย กรณีศึกษาชุมชนบ้านสำโรง ตำบลหนองตงตาด อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์. *Journal of Academic and Research in Social Sciences*, 1(2), 52-59.
- ชไมพร ทองผาภูมิภิตติ. (11 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- นิชมน ภมร และพัชรี ตันติวิภาวิน. (2563). การจัดการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านวัฒนธรรมอาหารพื้นบ้านภาคเหนือตอนบนของไทย. *วารสารรังสิตบัณฑิตศึกษาในกลุ่มธุรกิจและสังคมศาสตร์*, 6(2), 28-44. https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_DOI=10.14456/jrgbsrangsit.2020.19.
- บุษกร เชี่ยวจินดาภานต์. (2561). เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพแบบกรณีศึกษา. *วารสารศิลปศาสตร์ปริทัศน์ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ*, 13(25), 103-118.
- พันธุ์ เกรียงแสนภู. (18 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- มยุรี คุณเวียง. (2564). ชาติพันธุ์ในอำเภอทองผาภูมิ. เรียกใช้เมื่อ 11 พฤศจิกายน 2568 จาก <https://shorturl.asia/L5vTI>
- มยุรี อินทร์กุล. (4 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)

- มะเต็งช่วย. (25 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- มะระงวย. (24 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- ลลิตา พิมทา และรักษดาวัลย์ ศิริตาคำ. (2564). การพัฒนาผลิตภัณฑ์จากภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการจัดการชุมชนอย่างยั่งยืนของชุมชนบ้านมะยาง อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด. วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต, 9(3), 465-473.
- วรารณ ชื้อประดิษฐ์กุล และคณะ. (2559). อัตลักษณ์ชาติพันธุ์ กับการเป็นสินค้าทางวัฒนธรรม. วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, 11(2), 191-212.
- วันดี ทองผาภูมิปฐวี. (11 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- วิจารณ์ พานิช. (2559). การจัดการความรู้ฉบับนักปฏิบัติ. สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม.
- ศศิธร ศรีทองเพ็ง และจุฑามาศ พิรพัชระ. (2567). ภูมิปัญญาอาหารชุมชนกุฎีจีน. วารสารศิลปศาสตร์ราชชมงคลสุวรรณภูมิ, 6(1), 134-148.
- ศิริพงศ์ รักใหม่ และคณะ. (2563). การพัฒนาตำรับอาหารไทยตามมาตรฐานวิทยาลัยดุสิตธานี : ตำรับอาหารว่างและตำรับอาหารหวาน. วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี, 13(2), 184-199.
- ศิริรัตน์ แก้วโมน. (25 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดกาญจนบุรี. (2559). ขนมทองโหย้ (หมี่ลี). เรียกใช้เมื่อ 12 พฤศจิกายน 2568 จาก https://kanchanaburi.m-culture.go.th/th/db_94_kanchanaburi_39/101515
- สุชาดา ธโนภาณุวัฒน์. (2567). การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอาหารของชุมชนในเขตอนุรักษ์เมืองเก่าฝางบุรี. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี, 18(2), 58-76.
- สุภัทรา นทีพรพนา. (19 ต.ค. 2568). ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นการทำขนมทองโหย้ของชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี. (พรเทพ กลิ่นแดง, ผู้สัมภาษณ์)
- สุภางค์ จันทวานิช. (2559). วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 23). กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.