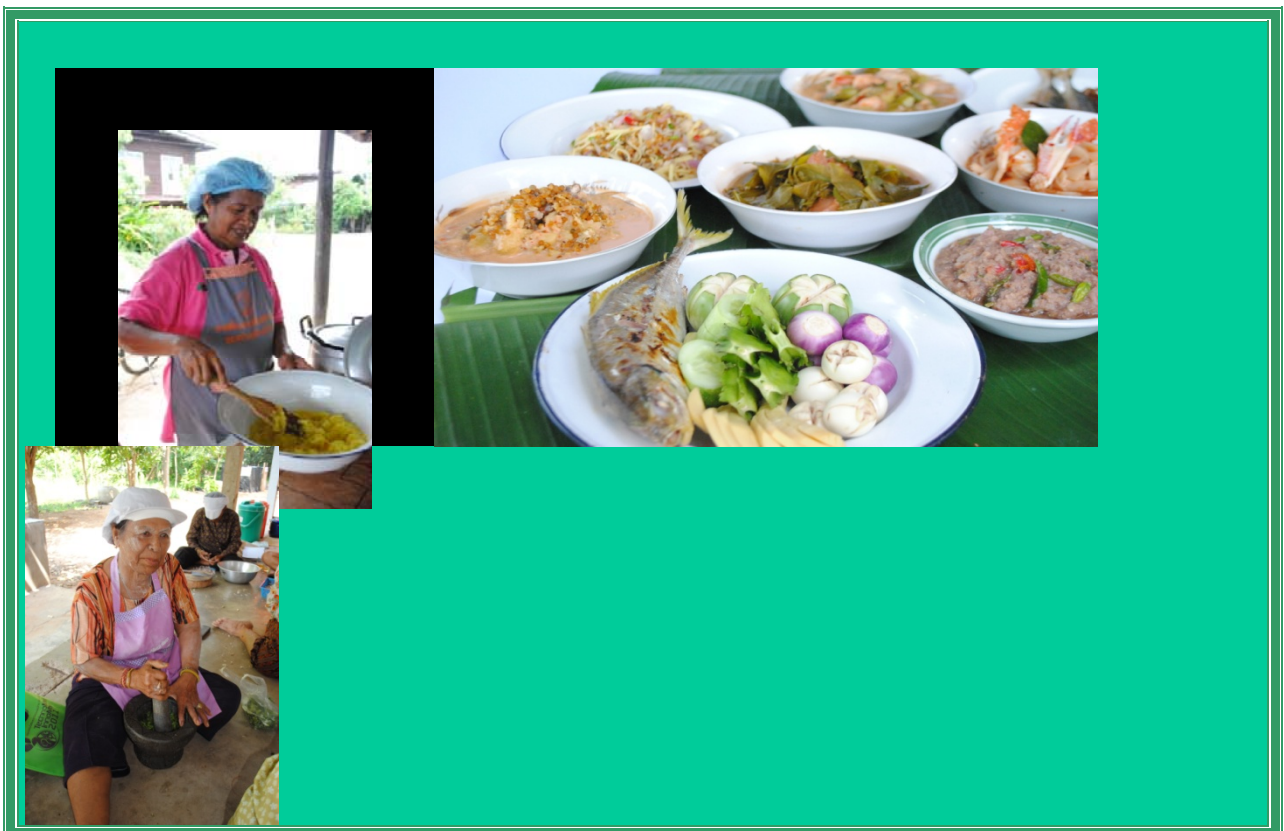


เกริ่นนำ

ตำรับอาหารไทยพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรี เป็นผลงานที่เกิดจากการบูรณาการงานบริการวิชาการ เรื่อง “การพัฒนาอาหารพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรีแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตภายใต้โครงการบูรณาการการมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตชุมชนตามแนวทางปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” โดยบูรณาการกับการเรียนการสอน ในการนำผลจากการบริการวิชาการมาพัฒนาเป็นตำราเผยแพร่แก่ชุมชนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย นักศึกษา นักวิชาการ และผู้สนใจ ซึ่งพัฒนาขึ้นจากภูมิปัญญาท้องถิ่นของสมาชิกกลุ่มน้ำพริกผู้สูงอายุชุมชนบ้านห้วยทรายเหนือ จังหวัดเพชรบุรี ร่วมกับองค์ความรู้ของบุคลากรมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ขอบคุณเจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ถ่ายทอดองค์ความรู้ที่ทรงคุณค่า ขอขอบคุณคุณจุนาริรัตน์ นวลละออง ผู้อำนวยการกองสวัสดิการสังคม เทศบาลเมืองชะอำ ที่อำนวยความสะดวกในการเล่าเรื่องราว ขอขอบคุณสมาชิกกลุ่มน้ำพริกผู้สูงอายุชุมชนบ้านห้วยทรายเหนือทุกท่านที่ร่วมกันสาคิดและรับการถ่ายทอดเทคโนโลยีการประกอบอาหาร การจัดบริการ และคุณค่าทางโภชนาการจากวิทยากรของมหาวิทยาลัย ขอขอบคุณสมาชิกสถาบันวิจัยและพัฒนาที่เห็นดีเห็นชอบกับการทำงานตั้งแต่วันแรกถึงวันสุดท้าย ที่ทำให้ได้รูปเล่มที่สวยงาม ขอพระคุณมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร โดยท่านอธิการบดีดวงสุดา เตโชติรส และรองอธิการบดีด้านวิจัยและบริการวิชาการที่ให้การสนับสนุนในการดำเนินงาน และสุดท้ายขอขอบคุณทุกสิ่งที่ทำให้พวกเรา มาพบกันและร่วมสร้างสรรค์สิ่งน่าประทับใจเช่นนี้



สารบัญ

เกริ่นนำ	ก
ภูมิปัญญาท้องถิ่นตำรับอาหารพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรี	1
น้ำพริกแกงส้ม	2
น้ำพริกแกงคั่ว	3
น้ำพริกแกงเผ็ด	4
แกงคั่วใบมะขามอ่อน	5
แกงหัวตาลกุ้ง	7
แกงคั่วลูกตำลึง	9
ต้มกะทิหน่อไม้ดอง	11
แกงส้มหน่อไม้ดองกับปูม้า	13
น้ำพริกมะขามอ่อน	15
น้ำพริกมะม่วง	16
ขนมหม้อแกงไข่	17
ข้าวเหนียวเหลืองหน้าปลา	18
ลูกตาลลอยแก้ว	20
น้ำอัญชัน	21
เพลงพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรี	22





ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ตำรับอาหารพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรี



ตำรับอาหารไทยพื้นบ้านจังหวัดเพชรบุรี

