คู่มือยกระดับมาตรฐาน SHA และเมนูอาหารต้องชิม

ณ โฮมสเตย์แจ้ซ้อน

(A Guidebook to Raising SHA Standards and Must-try Food Menu at Chae Son Homestay)

คู่มือยกระดับมาตรฐาน SHA และเมนูอาหารต้องชิม ณ โฮมสเตย์แจ้ซ้อน

(A Guidebook to Raising SHA Standards and Must-try Food Menu at Chae Son Homestay)

ผู้เขียนและเรียบเรียง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทินา ดำรงวัฒนกูล

บรรณาธิการ รองศาสตราจารย์ ดร.พรชนก ทองลาด

รองศาสตราจารย์ ดร. ปองปรารถน์ สุนทรเภสัช

คณะผู้วิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทินา ดำรงวัฒนกูล คณะเทคโนโลยีการเกษตร
2. รองศาสตราจารย์ ดร.พรชนก ทองลาด คณะวิทยาการจัดการ
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จำเนียร มีสำลี คณะเทคโนโลยีการเกษตร
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณัฐฌา เหล่ากุลดิลก คณะเทคโนโลยีการเกษตร
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มยุรี ชมภู คณะเทคโนโลยีการเกษตร
6. รองศาสตราจารย์ ดร. ปองปรารถน์ สุนทรเภสัช คณะวิทยาการจัดการ
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จักรชัยวัฒน์ กาวีวงศ์ คณะเทคโนโลยีการเกษตร

ISBN 978-616-594-958-3

พิมพ์ครั้งที่ 1 ธันวาคม 2565

จำนวนพิมพ์ 200 เล่ม

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

นันทินา ดำรงวัฒนกูล.

คู่มือยกระดับมาตรฐาน SHA และเมนูอาหารต้องชิม ณ โฮมสเตย์แจ้ซ้อน -- กรุงเทพฯ : ดีเซมเบอรี่, 2565.

102 หน้า.

1. การท่องเที่ยวโดยชุมชน. 2. การปรุงอาหาร. I. ชื่อเรื่อง.

338.4791

ISBN 978-616-594-958-3

จัดพิมพ์โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นันทินา ดำรงวัฒนกูล

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง 119 ม.9 ถนนลำปาง-แม่ทะ

ต.ชมพู อ.เมือง จ.ลำปาง 52100 โทรศัพท์ 054 241303

ออกแบบและพิมพ์ที่ บริษัท ดีเซมเบอรี่ จำกัด

248/7 ซอยมิตตคาม ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล

เขตดุสิต กรุงเทพ 10300 โทรศัพท์มือถือ 0 85997 7220

อีเมล 4@decemberry.com

คำนำ

จากยุทธศาสตร์ชาติด้านการสร้างความสามารถในการแข่งขัน มีเป้าหมายการพัฒนาที่มุ่งเน้นการยกระดับศักยภาพของประเทศในหลากหลายมิติ บนพื้นฐานแนวคิด 3 ประการ ได้แก่ (1) “ต่อยอดอดีต” เน้นอัตลักษณ์ วัฒนธรรม ประเพณี วิถีชีวิต และจุดเด่นทางทรัพยากรธรรมชาติที่หลากหลาย (2) “ปรับปัจจุบัน” เพื่อปูทางสู่อนาคต ผ่านการพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานของประเทศในมิติต่าง ๆ และ (3) “สร้างคุณค่าใหม่ในอนาคต” ด้วยการเพิ่มศักยภาพของผู้ประกอบการพัฒนาคนรุ่นใหม่ รวมถึงปรับรูปแบบธุรกิจ เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของตลาด ประเด็นการเชื่อมโยงการท่องเที่ยวสู่ชุมชนโดยดึงอัตลักษณ์ของทรัพยากรอาหารในพื้นที่ และแหล่งท่องเที่ยวที่โดดเด่น จึงเป็นการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับทรัพยากรธรรมชาติเกิดเป็นรายได้ที่เชื่อมโยงกับโซ่อุปทานสินค้าชุมชน (Local Supply Chain) ตอบสนองต่อการพัฒนาประเทศตามที่ยุทธศาสตร์ชาติได้กำหนดไว้

การยกระดับมาตรฐานการท่องเที่ยวภายในชุมชนในช่วงการระบาดของโควิด–19 ด้วยมาตรฐาน SHA เป็นนโยบายของรัฐบาลที่ให้สถานประกอบการ เช่น ภัตตาคาร/ร้านอาหาร ที่พัก/โรงแรม สถานที่ท่องเที่ยว ได้ปฏิบัติตามข้อกำหนดเพื่อให้ได้รับการรับรองมาตรฐาน แต่การเข้าถึงข้อมูล และความเข้าใจในกระบวนการดำเนินการยื่นเอกสารในระบบอิเล็กทรอนิกส์ยังคงเป็นปัญหาสำหรับผู้ประกอบการรายเล็ก ซึ่งเป็นผู้ประกอบการส่วนใหญ่ในตำบลแจ้ซ้อน หนังสือเล่มนี้จึงเป็นประตูสู่การปฏิบัติเพื่อขอรับรองมาตรฐาน SHA ตามข้อกำหนด และได้ร่วมชี้ประเด็นการนำเสนออาหารท้องถิ่นของตำบลแจ้ซ้อนที่เป็นอัตลักษณ์ “ไม่ได้ชิม ถือว่ามาไม่ถึงแจ้ซ้อน” ทั้งอาหารคาว อาหารหวาน

และเครื่องดื่ม ผลผลิตที่ได้เกิดจากกระบวนการวิจัย ที่ตอบโจทย์ความเป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น ผ่านการบูรณาการพันธกิจสัมพันธ์ของมหาวิทยาลัยกับชุมชน ทั้งด้านการเรียนการสอน การบริการวิชาการ การวิจัย การทำนุบำรุงศิลปะวัฒนธรรม

ดังนั้นคุณค่าของหนังสือเล่มนี้จึงนำเสนอผลผลิตของ**โครงการการต่อยอดการเพิ่มมูลค่าทุนทางวัฒนธรรมสินค้าข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนหนึ่งเดียวในประเทศ เพื่อการส่งเสริมนวัตกรรมชุมชนด้านการท่องเที่ยวและตลาดดิจิทัล** ได้รับสนับสนุนทุนอุดหนุนการทำกิจกรรมส่งเสริมและสนับสนุนการวิจัยและนวัตกรรม การจัดการความรู้การวิจัยและถ่ายทอดเพื่อการใช้ประโยชน์เชิงชุมชน สังคม ประจำปีงบประมาณ 2565 จากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณคณะกรรมการสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ฝ่ายจัดการความรู้การวิจัยและถ่ายทอดเพื่อการใช้ประโยชน์เชิงชุมชน สังคม ที่เปิดโอกาสให้คณะผู้วิจัยได้รับงบประมาณสนับสนุนการทำงานในครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้คำแนะนำในการพัฒนางานวิจัยให้สะท้อนถึงการนำไปใช้ประโยชน์และสร้างมูลค่าเพิ่มสู่ชุมชน และขอขอบคุณเกษตรกรหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนที่ร่วมมือกันสร้างสรรค์งานที่เป็นประโยชน์แก่ชุมชน สร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจแก่สังคม จนผลงานในครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

คณะผู้วิจัย

สิงหาคม 2565

สารบัญ

คำนำ.....3
สารบัญ.....5
ที่มาและความสำคัญ.....9
ซิกเนเจอร์เมนูสู่อาหารต้องชิม โดยเชฟชุมชนโฮมสเตย์แจ้ซ้อน (Signature Menu of Chae Son).....11

1

มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย Amazing Thailand Safety & Health Administration (SHA) : 14
มาตรฐานเบื้องต้น.....14
ข้อกำหนดในการปฏิบัติ.....15
ห้องพัก.....16
ห้องประชุม.....17
ห้องอาหารตามมาตรฐานร้านอาหาร.....18
ผู้ให้บริการ.....20

2

ศิลปะการต้อนรับและการบริการ 40
1. หลักการต้อนรับนักท่องเที่ยว 40
2. ลักษณะการต้อนรับที่ดี 41
3. วิธีรับทราบความต้องการของลูกค้า..... 42
4. การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ..... 42
การสร้างความประทับใจยามแรกพบ.....43
ภาษาตาและรอยยิ้ม 43
5. วิธีปฏิบัติในการให้บริการที่เป็นเลิศ (กรณีที่เป็นสถานประกอบการ) 43
6. บัญญัติ 6 ประการ เพื่อให้ลูกค้าชื่นชอบ 45
7. ข้อห้ามในงานบริการ 45

3

Signature Menu สู่อาหารต้องชิม ที่ได้รับการนำเสนอและรวบรวมวัตถุดิบ วิธีการปรุง จากสถานประกอบการที่พักโฮมสเตย์ 54
3.1. หมวดอาหารคาว ประกอบด้วย..... 55
3.1.1 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน..... 55
3.1.2 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนผัดสับปะรด.....57
3.1.3 ยำใบเหมี้ยง..... 59
3.1.4 หนอนใบชา 61
3.1.5 ส่าจ๊อย..... 63

3.1.6 น้ำพริกแมกคาเดเมีย 66
3.1.7 ไก่ดำตุ๋น 68
3.1.8 ไข่ป่าม 70
3.1.9 หลามปลา 72
3.1.10 ยำผักกูด 74
3.1.11 น้ำพริกมะกิ้ง 76
3.1.12 ยำไก่เมือง 79
3.1.13 แกงแคไก่บ้าน 82
3.1.14 ยำไข่น้ำแร่แจ้ซ้อน 85
3.1.15 น้ำพริกอ่อง 88
3.2 หมวดเครื่องดื่มและอาหารหวาน ประกอบด้วย 91
3.2.1 เครื่องดื่มจากข้าวสายน้ำแร่ (Mineral Water Rice de CHAE SON) 91
3.2.2 ขนมวุ้นชวนฝัน 93
3.2.3 ข้าวสายน้ำแร่คลุกมะพร้าว 95
3.2.4 ข้าวปุ๊ 97

บรรณานุกรม 99

ที่มาและความสำคัญ

ที่มาและความสำคัญ

ซิกเนเจอร์เมนู (Signature Menu) หรือ เมนูอาหารแนะนำ จัดทำขึ้นเพื่อนำเสนอวัตถุดิบที่เป็นอัตลักษณ์ของท้องถิ่น ผลิตด้วยกรรมวิธีพื้นบ้าน เป็นอาหารที่ผู้มาเยือนต้องได้ชิม ในแต่ละพื้นที่เมนูที่เหมือนกันอาจมีรสชาติ ส่วนประกอบ วิธีการปรุงของอาหารที่แตกต่างกันไป ดังนั้นซิกเนเจอร์เมนูจึงเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการท่องเที่ยวเชิงอาหาร (Gastronomy Tourism) ที่สามารถสร้างความแตกต่าง และเป็นสิ่งดึงดูดความอยากลิ้มลอง รสชาติอาหารของนักท่องเที่ยวได้ จากการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงอาหาร พบว่า นักท่องเที่ยวที่สนใจการท่องเที่ยวเชิงอาหาร ให้ความสนใจด้านวัฒนธรรมอาหาร ร้อยละ 82.75 โดยให้ความสำคัญกับรสชาติของอาหาร ร้อยละ 33.75 โดยเน้นที่การใช้กรรมวิธีการปรุงแบบดั้งเดิมและใช้วัตถุดิบในท้องถิ่น โดยให้ความสนใจกับบรรยากาศของสถานที่พักร้อยละ 67.50 (ภูริ ชุณห์ขจร และ ชวลีย์ ณ ถลาง, 2564) จึงเป็นที่มาของการเชื่อมโยงซิกเนเจอร์เมนู เข้ากับสถานประกอบการที่พักโฮมสเตย์ เพื่อตอบโจทย์ความต้องการของนักท่องเที่ยวในตำบลแจ้ซ้อน

ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน ถือเป็นสินค้าเด่นที่มีอัตลักษณ์ชุมชน และอยู่ในกระบวนการขอรับรองสิ่งบ่งชี้ทางภูมิศาสตร์ของจังหวัดลำปาง จึงสามารถเชื่อมโยงกับการท่องเที่ยวเชิงอาหารที่มีการขยายตัวอย่างต่อเนื่อง ผลของการท่องเที่ยวเชิงอาหารเกิดประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อเศรษฐกิจการท่องเที่ยว ก่อให้เกิดการการกระจายรายได้สู่ชุมชนท้องถิ่นที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวในทุกกลุ่มคน (พรรณี สวนเพลง และคณะ, 2559) ประกอบกับบรรยากาศของตำบลแจ้ซ้อน เป็นบรรยากาศที่รายล้อมด้วยภูเขาและต้นไม้ มีอุทยานแห่งชาติ

แจ้ซ้อน ที่มีน้ำตก แจ้ซ้อน และบ่อน้ำแร่น้ำพุร้อนแจ้ซ้อน อยู่ในสถานที่เดียวกัน อีกทั้งยังการันตีด้วยรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทยยอดเยี่ยม (Kinnari Gold Awards) 2 ปีซ้อน และมีสถานประกอบการที่พัก โฮมสเตย์ 28 แห่ง ในตำบลแจ้ซ้อน เป็นที่มาของการเชื่อมโยงการนำเสนอสำรับแนะนำจากข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน และ เมนูแนะนำของตำบลแจ้ซ้อน โดยเชฟชุมชนประจำโฮมสเตย์ เพื่อสร้างอัตลักษณ์ที่โดดเด่นให้กับนักท่องเที่ยวที่มาเยือนตามแบบฉบับ Food Tourism

ชิกเนเจอร์เมนูสู่อาหารต้องชิม โดยเชฟชุมชนโฮมสเตย์แจ้ซ้อน (Signature Menu of Chae Son)

เสน่ห์แห่งการท่องเที่ยวในรูปแบบใหม่ที่เรียกว่า เที่ยวไป..ชิมไป หรือที่เรียกว่า การท่องเที่ยวเชิงอาหาร (Gastronomy Tourism) หมายถึง ท่องเที่ยวในสถานที่ที่เป็นแหล่งผลิตอาหาร และการเรียนรู้ประสบการณ์ทางด้านอาหารด้วยการชิมอาหารผสมผสานการเชื่อมโยงกับอัตลักษณ์ประจำถิ่น

ตำบลแจ้ซ้อน มีจำนวนประชากร 2,833 ครัวเรือน จำนวนทั้งหมด 7,559คน ตั้งอยู่ในอำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง เป็นตำบลที่อาชีพของประชากรส่วนใหญ่เป็นเกษตรกรรมที่เน้นการทำเพื่อการยังชีพ เป็นเกษตรผสมผสาน มีการทำนา การเลี้ยงสัตว์ การทำไร่กาแฟ ไร่ชา เมี่ยง ลิ้นจี่ เสาวรส สตรอเบอร์รี่ ฯลฯ ซึ่งถือเป็นพืชเศรษฐกิจของตำบลแจ้ซ้อน และมีการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่สำคัญ ได้แก่ อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน มีน้ำตกแจ้ซ้อน และบ่อน้ำแร่น้ำพุร้อนแจ้ซ้อน อยู่ในสถานที่เดียวกัน ในการประกวดรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทย ครั้งที่ 13 (Thailand Tourism Awards 13th) ประจำปี 2564 อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน ได้รับรางวัลยอดเยี่ยม (Kinnari Gold Awards) 2 ปีซ้อน โดยในการประกวดครั้งนี้อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อนเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติเพียงแห่งเดียว ที่ได้รับรางวัลยอดเยี่ยม

(Kinnari Gold Awards) ในประเภทแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ สาขาแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ

สถานประกอบการที่พักในพื้นที่ตำบลแจ้ซ้อนมีทั้งหมด 28 แห่ง ดังรายชื่อต่อไปนี้ 1.บ้านสวนชวนฝัน 2.บ้านสวนนิศา 3.โฮมสเตย์บ้านรุ่งวิชัย 4.บ้านขาวสะอาดโฮมสเตย์ 5.แจ้ซ้อนฝ้ายคำรีสอร์ท 6.แจ้ซ้อนฮิลล์รีสอร์ท 7.บ้านพักริมธาร 8.ชมนาโฮมสเตย์ 9.บ้านพักแจ้ซ้อน กู๊ด ฟิลล์ 10.บ้านริมน้ำมอญโฮมสเตย์ 11.ธารารินเมาท์เท่นวิลล์รีสอร์ท 12.ดอยแม่แจ่ม 13.บ้านพรร่มเย็น 14.เฮือนฮักดอย 15.บ้านชายดอย 16.แม่แจ่ม แคมป์ปิ้ง 17.คนบนดอยโฮมสเตย์ 18.บ้านตอตะวัน 19.ธารริมผา 20.บ้านริมธารโฮมสเตย์ 21.สายชลโฮมสเตย์ 22.จันทร์วันโฮมสเตย์ 23.ป่าเหมี้ยงวิวโฮมสเตย์ 24.หมอนใบชาโฮมสเตย์ 25.สมพิศโฮมสเตย์ 26.บัวเงินโฮมสเตย์ 27.เอื้องดินโฮมสเตย์ 28.เฮือนเสพลโฮมสเตย์

แต่ด้วยสถานการณ์โควิด-19 ที่เริ่มขึ้นเมื่อปี 2563 ส่งผลต่อธุรกิจการท่องเที่ยวอย่างเห็นได้ชัดเจน รัฐบาลสนับสนุนให้ผู้ประกอบการการท่องเที่ยวเข้าสู่มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย Amazing Thailand Safety and Health Administration : SHA เพื่อสร้างความมั่นใจให้แก่ผู้รับบริการ ขั้นตอนการสร้างมาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัยและศิลปะการต้อนรับและการบริการ ที่ผู้ประกอบการควรนำไปปฏิบัติมีดังนี้

1

มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย

Amazing Thailand Safety & Health Administration (SHA)Amazing Thailand Safety & Health Administration (SHA)

1

มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย Amazing Thailand Safety & Health Administration (SHA) :

มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัย ประเภทโรงแรมและที่พัก สถานที่จัดประชุม

ผู้ประกอบการให้ปฏิบัติตามมาตรฐานเบื้องต้น และข้อควรปฏิบัติดังนี้

มาตรฐานเบื้องต้น

1. มีการทำความสะอาดอาคาร บริเวณโดยรอบ และบริเวณที่อาจมีการปนเปื้อน หรือบริเวณที่มีการสัมผัสบ่อย ๆ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่า เชื้ออย่างสม่ำเสมอ เช่น พื้น ผนัง ประตู กลอนหรือลูกบิด ประตู ราวจับ หรือราวบันได จุดประชาสัมพันธ์ จุดชำระเงิน สวิตซ์ไฟ ปุ่มกดลิฟต์ รีโมท
2. ทำความสะอาดห้องส้วมและสุขภัณฑ์ทั้งหมด เช่น โถส้วม ฝา รองนั่งที่กดชักโครกหรือโถปัสสาวะ สายฉีดน้ำชำระ กลอนหรือลูกปิด ประตู

ก๊อกน้ำและอ่างล้างมือ ด้วยน้ำยาทำความสะอาดและน้ำยาฆ่าเชื้อ สม่ำเสมอ มีส้วมพร้อมใช้งานตลอดเวลา เพียงพอและปลอดภัยแก่ผู้ใช้บริการทุกเพศทุกวัย รวมถึงผู้พิการหรือผู้มีปัญหาด้านสุขภาพ

3. มีระบบการระบายอากาศและถ่ายเทอากาศภายในอาคารที่เหมาะสม โดย ทำความสะอาดระบบการระบายอากาศและถ่ายเทอากาศอย่างสม่ำเสมอ

ข้อกำหนดในการปฏิบัติ

1. พื้นที่ส่วนกลาง จัดให้มีทางเข้า–ออกทางเดียว สำหรับผู้รับบริการ ในกรณีที่มีทางเข้า–ออกหลายทาง ต้องมีจุดคัดกรองทุกเส้นทาง
2. จัดให้มีการตรวจวัดอุณหภูมิของพนักงานและผู้รับบริการทุกครั้ง และทำสัญลักษณ์ ให้กับผู้ที่ผ่านการคัดกรอง (ถ้ามีอุณหภูมิสูงเกิน 37.5 องศาเซลเซียส ห้ามปฏิบัติงานหรือใช้บริการ และแนะนำให้พบแพทย์)
3. ลงทะเบียนประวัติพนักงานและผู้รับบริการ รวมทั้งประวัติการเดินทาง
4. อนุญาตให้เฉพาะผู้รับบริการที่สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยเข้าใช้บริการ เท่านั้น
5. จัดให้มีที่ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ สำหรับทำความสะอาดมือ ไว้ บริการอย่างเพียงพอ
6. จัดพื้นที่รอคิว และต้องมีระยะห่างระหว่างบุคคล 1–2 เมตร ผู้ประกอบการ
7. จัดพื้นที่สำหรับการต้อนรับให้เหมาะสม และเว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1–2 เมตร
8. ทำความสะอาดสถานที่อย่างสม่ำเสมอ และผิวสัมผัสร่วมอย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เช่น ลูกบิด มือจับประตูราวบันได ลิฟต์

9. จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด คัดแยกขยะอย่างน้อยเป็นขยะทั่วไปและขยะรีไซเคิล มัดปากถุงให้แน่นและเก็บรวบรวมไว้ยังที่พักขยะอย่างถูกสุขลักษณะป้องกันสัตว์และ แมลงพาหะนำโรค รอหน่วยงานที่รับผิดชอบนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง
10. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดีมีการไหลเวียนของอากาศภายในอาคาร หรือมีการ ฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพ สามารถกรองฝุ่น PM2.5 เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งสะสม เชื้อแบคทีเรียและไวรัสได้
11. จำกัดจำนวนผู้รับบริการในสัดส่วนที่เหมาะสม โดยคำนึงถึงการป้องกันการแพร่เชื้อ เป็นหลัก
12. ควรมีเส้นทางหรือแนวบอกเส้นทางอย่างชัดเจนในการเข้าใช้บริการ เช่น การตีเส้น หรือจุดสีเพื่อแสดงระยะยืนเว้นห่าง เช่น เคาน์เตอร์เช็คอิน ลิฟต์เป็นต้น
13. พัฒนาเทคโนโลยีใหม่ๆ ในโรงแรม เพื่อช่วยลดการสัมผัส เช่น การสร้าง QR Code แทนการใช้ Key Card
14. สื่อสารให้ความรู้ข้อแนะนำในช่องทางต่างๆ เพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่กระจาย เชื้อไวรัส COVID–19 เช่น จัดให้มีป้ายแสดงคำเตือน แนวปฏิบัติของผู้ใช้บริการ

ห้องพัก

1. ทำความสะอาดห้องพักอย่างสม่ำเสมอ และทำความสะอาดผิวสัมผัสร่วม อย่างน้อย ทุก 2 ชั่วโมง เช่น ที่จับประตูห้องน้ำ เป็นต้น
2. จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด คัดแยกขยะอย่างน้อยเป็นขยะทั่วไปและขยะรีไซเคิล มัดปากถุงให้แน่นและเก็บรวบรวมไว้ยังที่พักขยะอย่างถูก

สุขลักษณะป้องกันสัตว์และ แมลงพาหะนำโรค รอหน่วยงานที่รับผิดชอบนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง

3. มีการปกปิดอาหารทุกครั้งขณะเสิร์ฟในการให้บริการ Room Service ตามมาตรฐาน ร้านอาหาร
4. ใช้ผ้าทำความสะอาดที่ผ่านการฆ่าเชื้อ ร่วมกับน้ำยาฆ่าเชื้อ เพื่อทำความสะอาดห้องพัก ให้มีความปลอดภัย
5. อุปกรณ์หรือผ้าสำหรับทำความสะอาด ต้องทำความสะอาดทุกครั้งหลังใช้งาน ด้วยผลิตภัณฑ์ที่สามารถกำจัดเชื้อไวรัสได้โดยปฏิบัติตามคู่มือหรือคำแนะนำของผลิตภัณฑ์
6. มีการทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อโรค ตามทางเดินห้องพักอย่างสม่ำเสมอ
7. ปรับตำแหน่งเครื่องปรับอากาศห้องพักทุกห้องให้เหมาะสม เพื่อการไหลเวียนของ อากาศ เปิดหน้าต่างให้อากาศถ่ายเทในช่วงเวลาทำความสะอาด

ห้องประชุม

1. ทำความสะอาดห้องประชุม และผิวสัมผัสร่วมอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เช่น ที่จับประตูห้องน้ำ เป็นต้น
2. ห้องประชุม จัดให้มีทางเข้า-ออกทางเดียว สำหรับผู้รับบริการ ในกรณีที่มีทางเข้า-ออกหลายทาง ต้องมีจุดคัดกรองทุกเส้นทาง
3. จัดให้มีการตรวจวัดอุณหภูมิของพนักงานและผู้รับบริการทุกครั้ง และทำสัญลักษณ์ ให้กับผู้ที่ผ่านการคัดกรอง (ถ้ามีอุณหภูมิสูงเกิน 37.5 องศาเซลเซียส ห้ามปฏิบัติงาน หรือใช้บริการ และแนะนำให้พบแพทย์)

4. ลงทะเบียนประวัติพนักงานและผู้รับบริการ รวมทั้งประวัติการเดินทาง 2 จัดพื้นที่รอคิว และต้องมีระยะห่างระหว่างบุคคล 1–2 เมตร
5. อนุญาตให้เฉพาะผู้รับบริการที่สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยเข้าใช้บริการ เท่านั้น
6. ทำความสะอาดห้องประชุม และผิวสัมผัสร่วมอย่างสม่ำเสมออย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เช่น ที่จับประตูห้องน้ำ เป็นต้น
7. จัดให้มีที่ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ สำหรับทำความสะอาดมือ ไว้ บริการอย่างเพียงพอ
8. ผู้ประกอบการ จัดโต๊ะสำหรับการประชุมให้มีระยะห่างระหว่างกัน 1–2 เมตร
9. ทำความสะอาดอุปกรณ์ที่มีการใช้ร่วมกัน เช่น ไมโครโฟน

ห้องอาหารตามมาตรฐานร้านอาหาร

1. จัดให้มีทางเข้า–ออกทางเดียว สำหรับผู้รับบริการ ในกรณีที่มีทางเข้า–ออกหลายทาง ต้องมีจุดคัดกรองทุกเส้นทาง
2. จัดให้มีการตรวจวัดอุณหภูมิของพนักงานและผู้รับบริการทุกครั้ง และทำสัญลักษณ์ ให้กับผู้ที่ผ่านการคัดกรอง (ถ้ามีอุณหภูมิสูงเกิน 37.5 องศาเซลเซียส ห้ามปฏิบัติ งานหรือใช้บริการ และแนะนำให้พบแพทย์)
3. ลงทะเบียนประวัติพนักงานและผู้รับบริการ รวมทั้งประวัติการเดินทาง
4. จัดให้มีที่ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ หรือเจลแอลกอฮอล์ สำหรับทำความสะอาดมือ ไว้ บริการอย่างเพียงพอ ผู้ประกอบการ
5. จัดพื้นที่รอคิว และต้องมีระยะห่างระหว่างบุคคล 1–2 เมตร

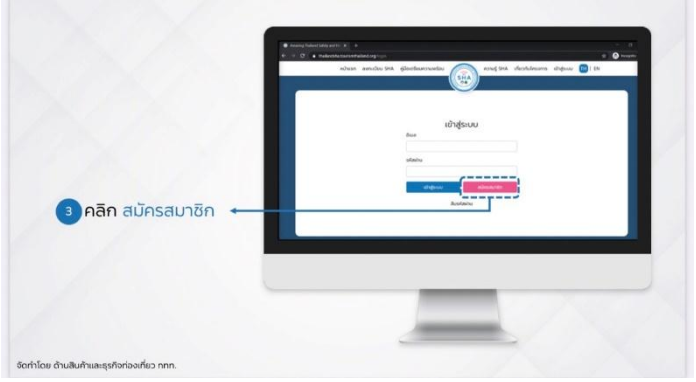
6. ทำความสะอาดห้องอาหาร และผิวสัมผัสร่วมอย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เช่น ที่จับประตู ห้องน้ำ เป็นต้น
7. จัดให้มีพื้นที่การให้บริการห่างกัน 1–2 เมตร รวมถึงพื้นที่รอคิว
8. จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด คัดแยกขยะอย่างน้อยเป็นขยะทั่วไปและขยะรีไซเคิล มัดปากถุงให้แน่นและเก็บรวบรวมไว้ยังที่พักขยะอย่างถูกสุขลักษณะป้องกันสัตว์และ แมลงพาหะนำโรค รอหน่วยงานที่รับผิดชอบนำไปกำจัดอย่างถูกต้อง
9. ทำความสะอาดสิ่งของเครื่องใช้เช่น โต๊ะอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการปรุง ประกอบ อาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการรับประทานอาหาร รวมถึงอุปกรณ์ทำความสะอาดอื่นๆ ด้วยน้ำยาทำความสะอาด อย่างน้อยวันละ 3 ครั้ง
10. สำหรับอาหารปรุงสำเร็จ ให้มีการปกปิดอาหาร ใช้อุปกรณ์สำหรับหยิบจับหรือ ตักอาหาร เช่น ช้อน ที่คีบ เป็นต้น ทำความสะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อ โดยเฉพาะ
11. จุดสัมผัสร่วม อย่างน้อยทุก 2 ชั่วโมง เช่น ที่จับประตูห้องน้ำ เป็นต้น
12. จัดให้มีการระบายอากาศที่ดีมีการไหลเวียนของอากาศภายในอาคารที่ได้มาตรฐาน หรือมีการฟอกอากาศที่มีประสิทธิภาพ สามารถกรองฝุ่น PM2.5 เพื่อไม่ให้เป็นแหล่ง สะสมเชื้อแบคทีเรียและไวรัสได้ 1–2 เมตร
13. ควรมีบริการชำระเงินที่ปลอดภัย เพื่อลดปริมาณการพูดคุย สัมผัสระหว่างผู้ให้ บริการและผู้รับบริการ
14. สื่อสารให้ความรู้ข้อแนะนำในช่องทางต่างๆ ในการลดความเสี่ยงและป้องกัน โรคติดต่อ COVID–19 เช่น จัดให้มีป้ายแสดงคำเตือน แนวปฏิบัติสำหรับผู้ใช้บริการ

ผู้ให้บริการ

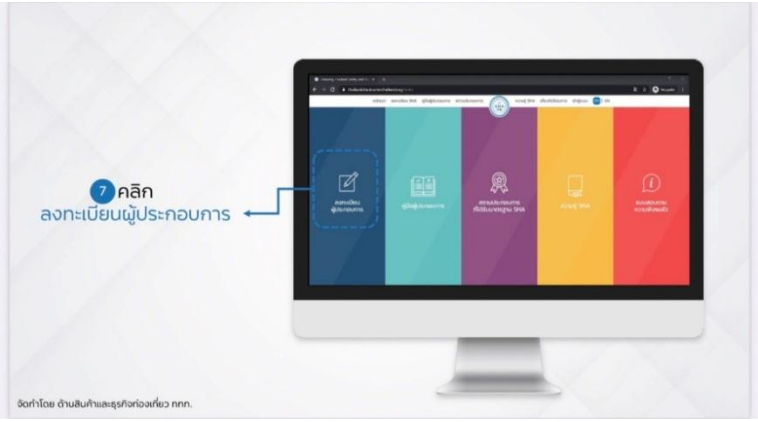
1. พนักงานต้องดูแลรักษาความสะอาดของร่างกาย สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากาก อนามัย หรือสวมหน้ากากอนามัยพร้อม Face Shield ในขณะปฏิบัติงาน
2. ล้างมือด้วยสบู่และน้ำหรือเจลแอลกอฮอล์อย่างสม่ำเสมอ
3. หากมีอาการไข้ไอ จาม มีน้ำมูกหรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงานและไปพบแพทย์ ทันที
4. สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการ หากพบอาการผิดปกติต้องแจ้งผู้บริหาร รับทราบทันที
5. เว้นระยะห่างระหว่างบุคคล 1-2 เมตร ผู้ให้บริการ PAY 1 เมตร
6. พนักงานผู้ทำหน้าที่จัดการขยะ จะต้องล้างมือทันทีหลังเสร็จงาน กระดาษชำระและ หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว ต้องมีการจัดการที่เหมาะสมก่อนทิ้งลง ถังขยะ
7. หลีกเลี่ยงการรับเงินโดยการสัมผัสกับมือโดยตรง อาจสวมถุงมือหรือมีถาดสำหรับรับเงิน และควรทำความสะอาดที่รับเงินอย่างสม่ำเสมอ

ภาพที่ 1 เครื่องหมายมาตรฐาน SHA และ SHA Plus

ขั้นตอนการลงทะเบียนเพื่อเข้ารับการประเมินมาตรฐาน SHA ใน https://web.thailandsha.com/register ผู้ประกอบการดำเนินการดังนี้



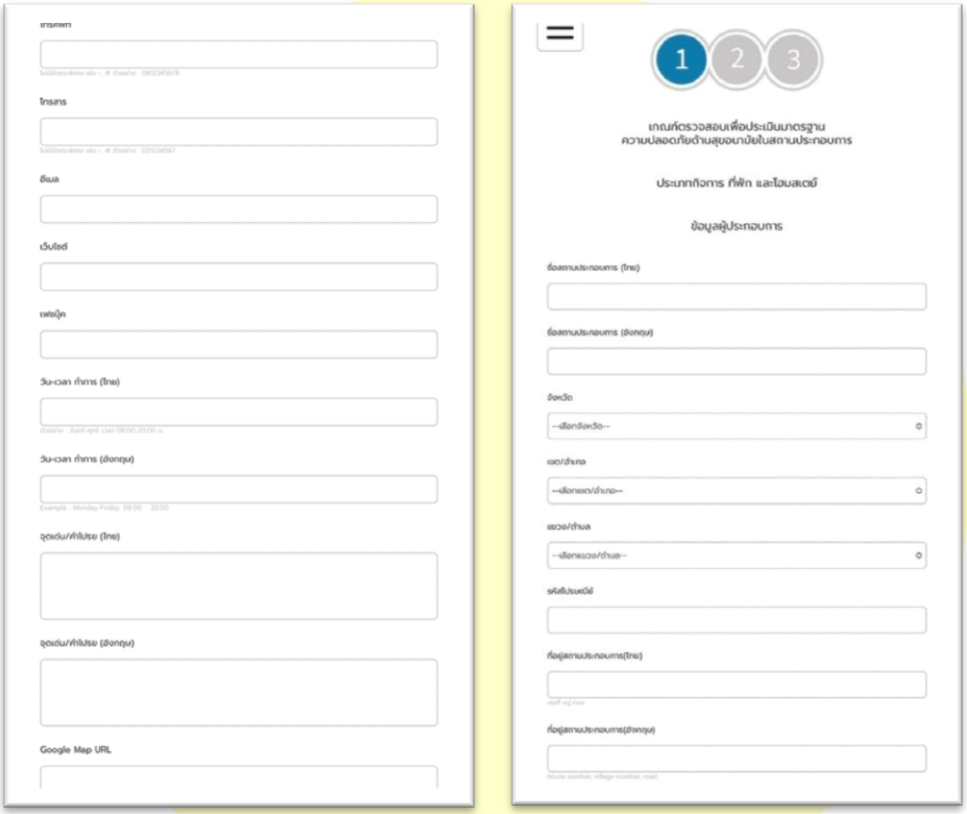
ภาพที่ 2 ขั้นตอนการลงทะเบียนเพื่อเข้าใช้งานในระบบรับรองมาตรฐาน


7 คลิก
ลงทะเบียนผู้ประกอบการ
จัดทำโดย ด้านสินค้าและธุรกิจท่องเที่ยว กกท.

8 คลิก เลือกประเภทกิจการ
จัดทำโดย ด้านสินค้าและธุรกิจท่องเที่ยว กกท.

กรอกข้อมูลส่วน 1

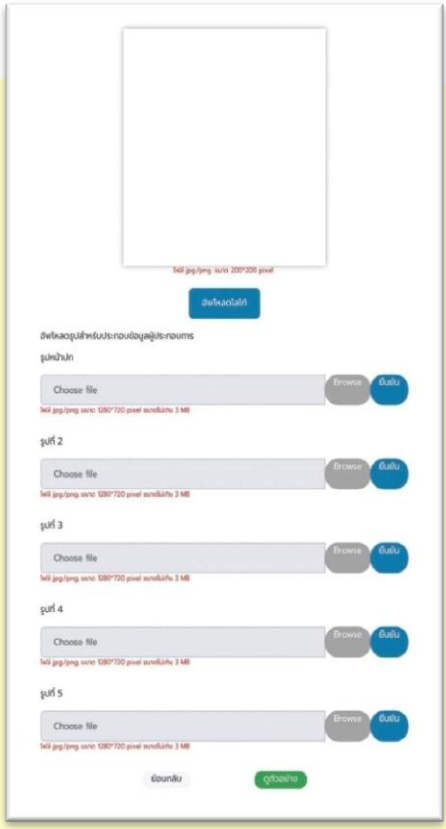
ข้อมูลผู้ประกอบการ



ภาพที่ 3 แบบฟอร์มการกรอกข้อมูลผู้ประกอบการ

กรอกข้อมูลส่วนที่ 1

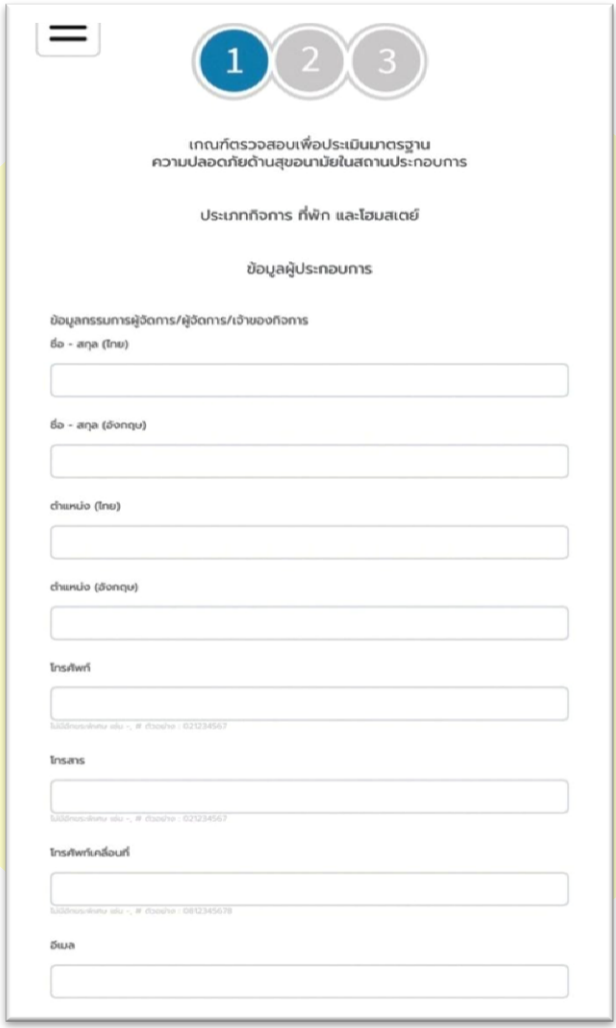
ข้อมูลผู้ประกอบการ โดยมีข้อมูลของเอื้องดินโฮมสเตย์เป็นตัวอย่าง



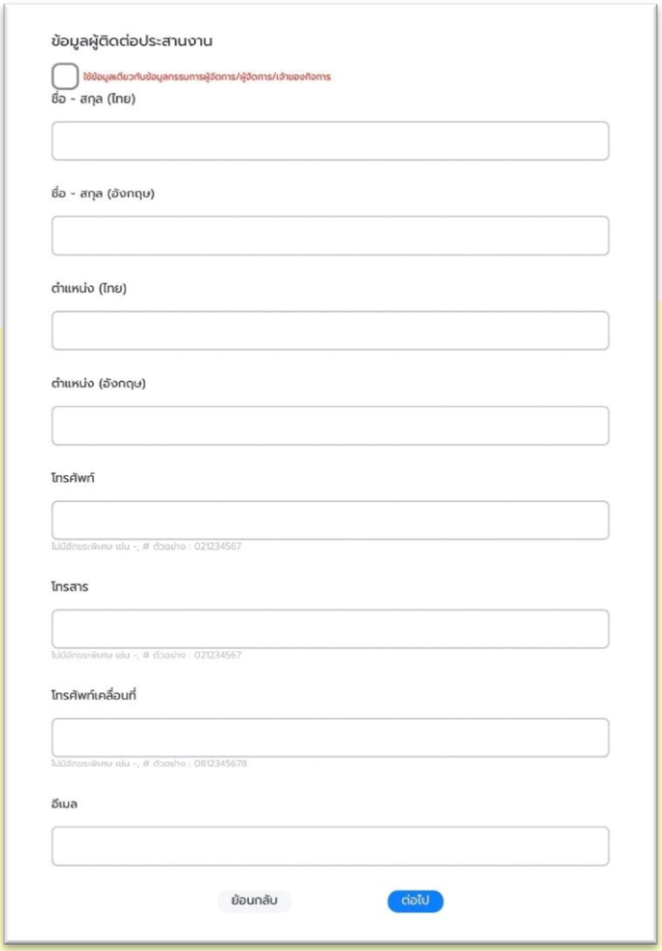
ภาพที่ 4 ตัวอย่างภาพที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้กรอกข้อมูลผู้ประกอบการ

กรอกข้อมูลส่วนที่ 1

ข้อมูลผู้ติดต่อ



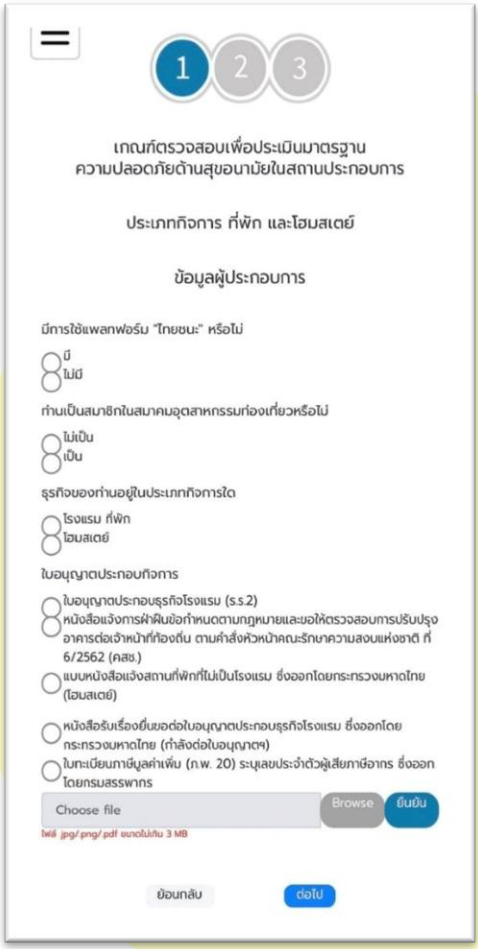
ภาพที่ 5 แบบฟอร์มการกรอกข้อมูลผู้ติดต่อ



ภาพที่ 5 แบบฟอร์มการกรอกข้อมูลผู้ติดต่อ

กรอกข้อมูลส่วนที่ 1

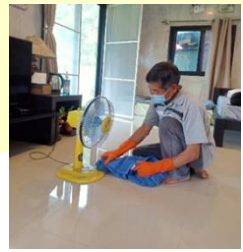
ข้อมูลอื่นๆ



ภาพที่ 5 แบบฟอร์มการกรอกข้อมูลส่วนที่ 1 ข้อมูลอื่นๆ

กรอกข้อมูลส่วนที่ 2

มาตรฐานเบื้องต้น



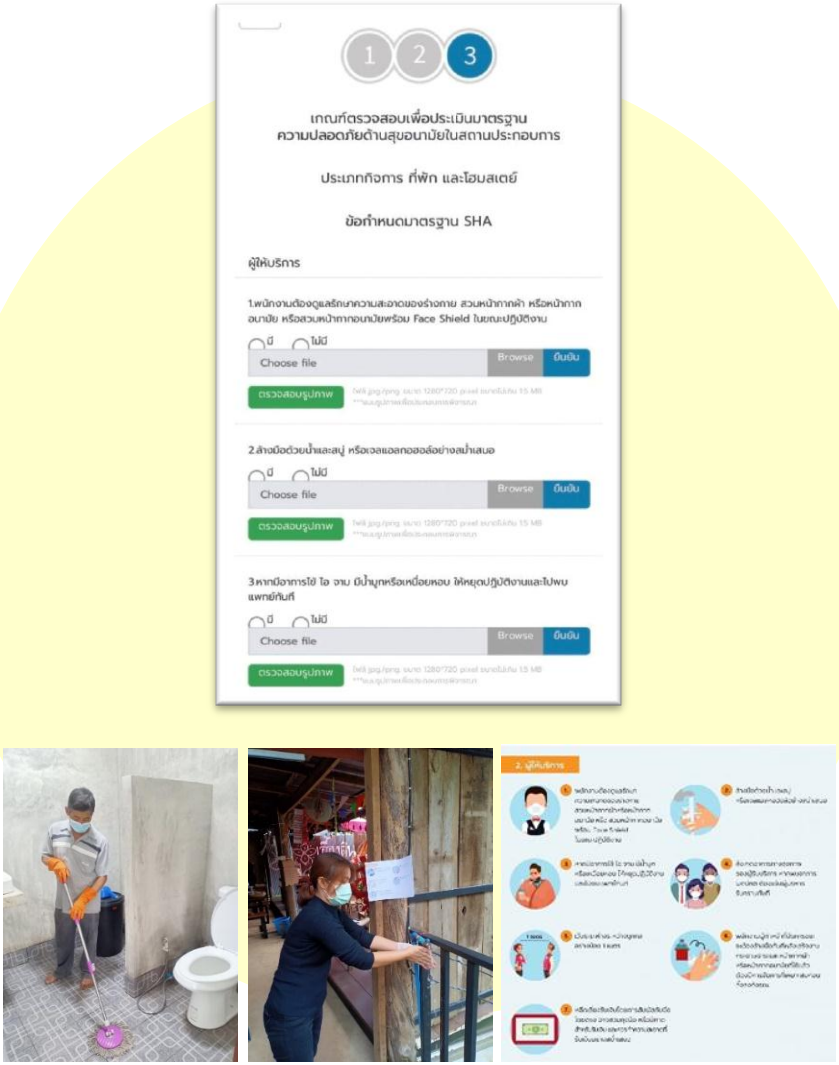
1
2
3
เกณฑ์ตรวจสอบเพื่อประเมินมาตรฐาน
ความปลอดภัยด้านสุขอนามัยในสถานประกอบการ
ประเภทกิจการ ที่พัก และโฮมสเตย์
มาตรฐานเบื้องต้น
การจัดอุปกรณ์ทำความสะอาดเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรค
1.เตรียมเจลล้างมือที่มีแอลกอฮอล์อย่างน้อย 70% ขึ้นไป ไว้ในบริเวณพื้นที่ส่วนกลาง เช่น จุดประชาสัมพันธ์ ประตูทางเข้าออก หรือหน้าลิฟท์ เป็นต้น
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
2.บริเวณอ่างล้างมือและห้องส้วมต้องสะอาด และจัดให้มีสบู่ล้างมืออย่างเพียงพอ
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
3.จัดเตรียมอุปกรณ์น้ำยาทำความสะอาดอาคาร น้ำยาฆ่าเชื้ออุปกรณ์ สิ่งของเครื่องใช้ เช่น น้ำยาทำความสะอาดพื้น น้ำยาล้างห้องน้ำ และเหล็กคีบด้ามยาว สำหรับเก็บขยะมูลฝอย เป็นต้น
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ย้อนกลับ
ต่อไป

1
2
3
เกณฑ์ตรวจสอบเพื่อประเมินมาตรฐาน
ความปลอดภัยด้านสุขอนามัยในสถานประกอบการ
ประเภทกิจการ ที่พัก และโฮมสเตย์
มาตรฐานเบื้องต้น
การป้องกันสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน
1.ผู้ปฏิบัติงานที่มีความเสี่ยงต่อการรับสัมผัส เช่น พนักงานต้อนรับ พนักงานประชาสัมพันธ์ พนักงานยกกระเป๋า ลูกค้าสัมพันธ์ รวมถึงพนักงานทำความสะอาด เป็นต้น ต้องมีการป้องกันตนเอง โดยใส่หน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ทำความสะอาดมืออย่างสม่ำเสมอ หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น และพนักงานทำความสะอาดต้องสวมถุงมือขณะปฏิบัติงาน
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg/png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 3 MB
***แนบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
2.หากผู้ปฏิบัติงานมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม เจ็บคอ มีน้ำมูก เหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงานและเข้ารับการรักษาตัวในสถานบริการสาธารณสุข
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg/png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 3 MB
***แนบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา

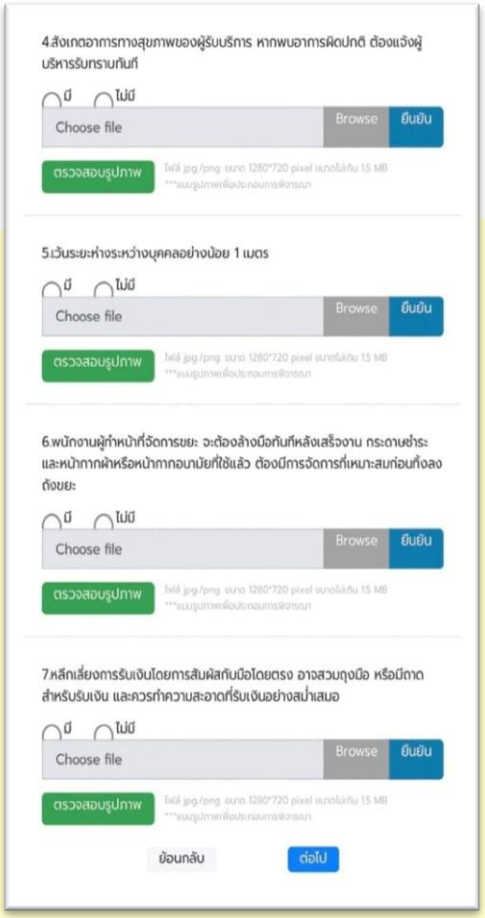
ภาพที่ 6 แบบฟอร์มกรอกข้อมูลส่วนที่ 2 มาตรฐานเบื้องต้น

กรอกข้อมูลส่วนที่ 3

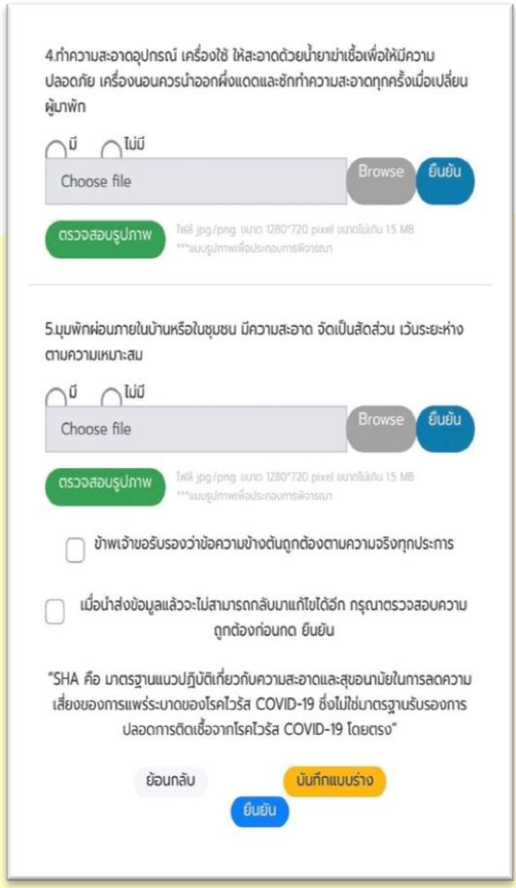
ข้อกำหนดมาตรฐาน SHA



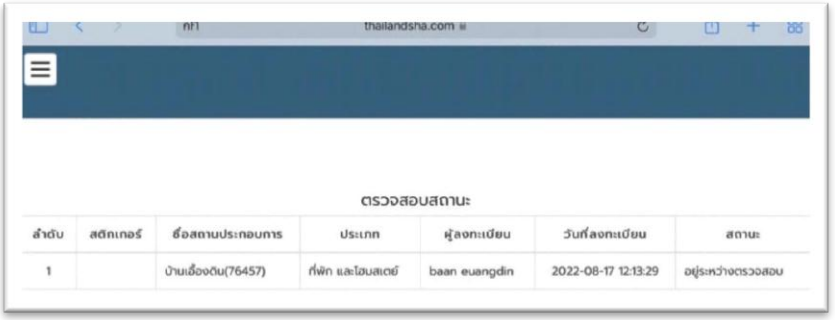
ภาพที่ 7 แบบฟอร์มกรอกข้อมูลส่วนที่ 3 ข้อกำหนดมาตรฐาน SHA


4.สังเกตอาการทางสุขภาพของผู้รับบริการ หากพบอาการผิดปกติ ต้องแจ้งผู้บริหารรับทราบทันที
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg./png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
5.เว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย 1 เมตร
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg./png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
6.พนักงานผู้ทำหน้าที่จัดการขยะ จะต้องล้างมือทันทีหลังเสร็จงาน กระดาษชำระและหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว ต้องมีการจัดการที่เหมาะสมก่อนทิ้งลงถังขยะ
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg./png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
7.หลีกเลี่ยงการรับเงินโดยการสัมผัสกับมือโดยตรง อาจสวมถุงมือ หรือมีถาดสำหรับรับเงิน และควรทำความสะอาดที่รับเงินอย่างสม่ำเสมอ
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg./png. ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
ย้อนกลับ
ต่อไป

1 2 3
เกณฑ์ตรวจสอบเพื่อประเมินมาตรฐาน
ความปลอดภัยด้านสุขอนามัยในสถานประกอบการ
ประเภทกิจการ ที่พัก และโฮมสเตย์
ข้อกำหนดมาตรฐาน SHA
ห้องพัก (มาตรฐานโฮมสเตย์)
1.ลักษณะห้องพัก/บ้านพักเป็นสัดส่วน ทำความสะอาดอย่างสม่ำเสมอ ควรมีการไหลเวียนของอากาศภายในอาคารที่ได้มาตรฐาน
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
2.จัดให้มีถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
3.มีการทำความสะอาดห้องน้ำและห้องส้วมด้วยน้ำยาฆ่าเชื้ออย่างสม่ำเสมอ เน้นจุดเสี่ยงที่มีการสัมผัสร่วมกันบ่อยๆ เช่น โถส้วม ฝารองนั่ง ที่กดชักโครก สายฉีดชำระ กลอนหรือลูกบิดประตู เป็นต้น
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ


4.ทำความสะอาดอุปกรณ์ เครื่องใช้ ให้สะอาดด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อเพื่อให้มีความปลอดภัย เครื่องนอนควรนำออกผึ่งแดดและซักทำความสะอาดทุกครั้งเมื่อเปลี่ยนผู้มาพัก
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg/png ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
5.มุมพักผ่อนภายในบ้านหรือในชุมชน มีความสะอาด จัดเป็นสัดส่วน เว้นระยะห่างตามความเหมาะสม
มี
ไม่มี
Choose file
Browse
ยืนยัน
ตรวจสอบรูปภาพ
ไฟล์ jpg/png ขนาด 1280*720 pixel ขนาดไม่เกิน 15 MB
***แบบรูปภาพเพื่อประกอบการพิจารณา
ข้าพเจ้าขอรับรองว่าข้อความข้างต้นถูกต้องตามความจริงทุกประการ
เมื่อนำส่งข้อมูลแล้วจะไม่สามารถกลับมาแก้ไขได้อีก กรุณาตรวจสอบความถูกต้องก่อนกด ยืนยัน
"SHA คือ มาตรฐานแนวปฏิบัติเกี่ยวกับความสะอาดและสุขอนามัยในการลดความเสี่ยงของการแพร่ระบาดของโรคไวรัส COVID-19 ซึ่งไม่ใช่มาตรฐานรับรองการปลอดการติดเชื้อจากโรคไวรัส COVID-19 โดยตรง"
ย้อนกลับ
บันทึกแบบร่าง
ยืนยัน

หน้าจอจะแสดงผลการตรวจสอบสถานะ



เมื่อผ่านการรับรองมาตรฐาน SHA

ภาพที่ 8 ผลการตรวจสอบสถานะจากระบบ

2

ศิลปะการต้อนรับ และการบริการ

2

ศิลปะการต้อนรับและการบริการ

การต้อนรับนักท่องเที่ยวเปรียบเหมือนการบริการแก่ลูกค้า การให้นักท่องเที่ยวพึงพอใจและอยากกับมาเที่ยวอีกครั้งจำเป็นอย่างยิ่งต้องมีการต้อนรับที่ดีและการบริการที่ช่วยอำนวยความสะดวกแก่นักท่องเที่ยวได้ ผู้มีหน้าที่ต้อนรับนักท่องเที่ยวควรศึกษาเรื่องการต้อนรับให้เจ้าใจอย่างถ่องแท้

การต้อนรับเป็นงานด่านแรกของการตลาด การซื้อขายจะเกิดขึ้นหรือไม่ การต้อนรับมีผลถ้าต้อนรับดีก็เท่ากับช่วยให้ขายสำเร็จไปกว่าครึ่ง

การต้อนรับที่ดีนอกจากจะเกิดความรู้สึกดีต่อสินค้าและบริการยังขายผลเป็นความรู้สึกของหน่วยงาน กชและการสร้างภาพพจน์ที่ดี ถ้าธุรกิจท่องเที่ยวนั้นตอนรับไม่ดีนักท่องเที่ยวก็ไม่อยากกลับมาใช้บริการแต่ถ้าต้อนรับดีจะเกิดความประทับใจและส่งผลให้กลับมาใช้บริการอีก โดยมีเทคนิคการปฏิบัติดังนี้

1. หลักการต้อนรับนักท่องเที่ยว

การให้การต้อนรับบริการให้เกิดความพึงพอใจและประทับใจต้องมีการต้อนรับที่ดี โดยมีหลักดังนี้

- การสร้างความเป็นมิตรอบอุ่นใจ
- การให้ความสะดวกสบาย

- การให้ข้อมูลข่าวสาร
- การปฏิบัติงานตามคำขอร้อง
- การให้ความช่วยเหลือตามควร

2. ลักษณะการต้อนรับที่ดี

- ยิ้มทักทายให้รู้สึกเป็นมิตร
- แสดงความสนใจและให้ความสำคัญ
- กระตือรือร้นในการับฟังและตอบข้อซักถาม
- มีอัธยาศัยไมตรีอบอุ่น
- ปฏิบัติต่อทุกคนอย่างเท่าเทียม

ลักษณะของการต้อนรับที่ดีง่ายที่สุดคือการรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา

เจ้าบ้านมีความเกี่ยวข้องกับการบริการอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เมื่อพบกับนักท่องเที่ยว เจ้าบ้านคือ “ผู้ให้บริการ” นักท่องเที่ยวคือ “ลูกค้า” ไม่ว่าเจ้าบ้านจะเป็นพนักงานต้อนรับของโรงแรม พนักงานรับโทรศัพท์ พนักงานนำเที่ยว พ่อค้า พนักงานขับรถ หรือทำหน้าที่ใดก็ถือว่าเป็นผู้ให้บริการ ซึ่งภาษาอังกฤษเรียกว่า SERVICE แปลความหมายได้ว่า ให้ผู้ให้บริการตอบสนองเอื้อประโยชน์ดูแลผู้อื่น ให้ความช่วยเหลือ หรือดำเนินการเพื่อประโยชน์ของผู้อื่น

ปัจจัยที่ทำให้งานบริการประสบความสำเร็จคือ คนที่ปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้ให้บริการแก่ลูกค้า ต้องเป็นผู้รักในการให้บริการและมีคุณสมบัติอื่นๆ ประกอบ จึงจะช่วยให้การบริการนั้นสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้าได้ ซึ่งปัจจัยที่ทำให้การเป็นเจ้าบ้านที่ดีสำเร็จหรือล้มเหลวขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆดังนี้

1) บุคลิกภาพ (Personality) คือคุณลักษณะเฉพาะบุคคลที่แตกต่างไปจากบุคคลอื่น
2) ความรู้ (Knowledge) ผู้ที่เป็นเจ้าบ้านต้องมีความรู้ต่างๆ เกี่ยวกับสถานที่และสิ่งต่างๆ ในขอบเขตความรับผิดชอบของตนเอง
3) ทักษะ (Skills) ความชำนาญ หรือ ประสบการณ์จะช่วยให้การเป็นเจ้าบ้านมีความเชื่อมั่นสูงขึ้น โดยทักษะจะเกิดจากการฝึกฝน
4) ทัศนคติ (Attitude) เจ้าบ้านที่ดีต้องมีทัศนคติที่ดีในการเป็นเจ้าของบ้าน มีความเชื่อมั่นในตนเองมองโลกในแง่ดี มีความเป็นเจ้าบ้านที่มีจิตใจของการบริการ (SERVICE MIND)

3. วิธีรับทราบความต้องการของลูกค้า

1) การรับฟัง
2) การสอบถามเมื่อไม่แน่ใจ
3) การสังเกตและจำในสิ่งที่ลูกค้าเคยขอรับบริการมาก่อน
4) การใช้หลักเกณฑ์ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

4. การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ

ผลการศึกษาวิจัยของผู้เชี่ยวชาญพบว่า คนทั่วไปจะสื่อสารโดยอาศัยภาษาท่าทางร้อยละ 55 การแสดงออกทางสีหน้าร้อยละ 33 และโดยอาศัยคำพูดเพียงร้อยละ 7 ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่าการสื่อไม่ใช่เพียงแต่การสื่อสารด้วยวาจาแต่ภาษาท่าทางและการแสดงสีหน้าเป็นปัจจัยหนึ่งซึ่งสำคัญอย่างยิ่งต่อการสร้างความพึงพอใจให้กับผู้รับบริการ

การสร้างความประทับใจยามแรกพบ

“ความประทับใจเกิดขึ้นได้ภายใน 6 วินาทีแรกที่พบกัน”

ภาษาตาและรอยยิ้ม

“รอยยิ้มและดวงตา คือกุญแจดอกสำคัญที่จะไขสู่ประตูใจ”

5. วิธีปฏิบัติในการให้บริการที่เป็นเลิศ (กรณีที่เป็นสถานประกอบการ)

1) จัดเตรียมสถานที่ จัดเตรียมตนเอง เตรียมตนเองให้พร้อมทั้งในเรื่องสุขภาพเครื่องแต่งกาย บุคลิกภาพ ความสะอาด มีอารมณ์ที่ดี
2) เริ่มงานตรงเวลา เริ่มการปฏิบัติให้ตรงเวลา
3) แสดงกิริยายินดี เมื่อพบลูกค้าหรือผู้มาติดต่อ
4) หากลูกค้าไม่แน่ใจว่าขอบริการอะไร ในปริมาณและคุณภาพมากน้อยเท่าใดควรให้ข้อมูลต่อลูกค้าอย่างเหมาะสม ทั้งนี้ต้องไม่เป็นฝ่ายตัดสินใจแทนลูกค้า ถ้าลูกค้าไม่ร้องขอ
5) ให้ความสะดวกต่อลูกค้า เช่น ช่วยกรอกแบบฟอร์ม
6) รีบปฏิบัติงานตามที่ลูกค้าต้องการอย่างมีคุณภาพ
7) ระหว่างปฏิบัติงาน หากลูกค้าต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่ขอรับบริการใหม่ และหากการเปลี่ยนแปลงนั้นอยู่ในเหตุผลดังนี้ คือ (1) อยู่ในวิสัยที่จะทำได้ (2) ไม่ผิดกฎระเบียบและ (3) ไม่มีผลกระทบต่อลูกค้าอื่น ก็ยินดีรับการเปลี่ยนแปลงตามที่ต้องการ
8) ระหว่างปฏิบัติงาน หากผู้ให้บริการเกิดความผิดพลาดใดๆ เช่นมีการหลงลืม ล่าช้า เกิด อุบัติเหตุ จำนวนไม่ครบชุด ฯลฯ ผู้ให้บริการควรรีบขออภัยลูกค้าและรีบแก้ไขให้ดีที่สุดและเร็วที่สุด

9) ระหว่างปฏิบัติงาน หากผู้ให้บริการมีงานอื่นเข้ามาแทรก ถ้าหากเป็นงานที่สำคัญ ไม่ว่าจะเป็นงานของลูกค้าหรือเป็นงานส่วนตัว ควรให้งานที่เข้ามาแทรกรอไปก่อน

10) กรณีลูกค้าเข้ามาขอรับบริการพร้อมกันหลายคน อาจจัดทำหมายเลขให้ลูกค้าตามลำดับก่อนหลัง

11) ระหว่างปฏิบัติงาน จะต้องสุภาพและให้เกียรติลูกค้า

12) ถ้ามีปัญหาขัดแย้งกับลูกค้า ควรปฏิบัติตนดังนี้

- ใจเย็น อดกลั้น มีทัศนคติที่ดีต่อปัญหา
- ปิดโอกาสให้ลูกค้าพูดมากๆ เพื่อจะได้ทราบขอบเขตและความร้ายแรงของปัญหา สาเหตุของปัญหา ตลอดจนหนทางแก้ไขที่ลูกค้าอยากให้กระทำ
- ประนีประนอมและปฏิบัติการแก้ไข
- ถ้าปัญหาสุดวิสัยที่จะแก้ไขด้วยตนเอง ให้นำมาปรึกษาหัวหน้าหรือหาทางออกอื่นๆ เท่าที่จะทุเลาปัญหาให้ลูกค้าได้
- ถ้าลูกค้าโมโหจนรบกวนลูกค้าอื่น ควรชักจูงลูกค้าไปยังห้องหัวหน้า หรือห้องอื่น เพื่อสร้างภาพลักษณ์อันดี และแก้ไขปัญหาเป็นการภายใน

13) ถ้าร่างกายเจ็บป่วยจนทนไม่ได้ หรืออารมณ์ขุ่นมัวจนไม่อาจระงับได้ ควรแจ้งหัวหน้างาน

14) ถ้าต้องการผลัดหรือหยุดพักงานในขณะที่การให้บริการลูกค้ายังไม่เสร็จเรียบร้อย

15) นัดรับผลงานแล้วต้องรีบปฏิบัติให้ผลงานเสร็จตามนัดให้ได้โดยไม่มีข้อแม้

16) ถ้าลูกค้าจองคิวการขอรับบริการไว้แล้ว และเมื่อถึงเวลานัดลูกค้าไม่มาขอรับบริการ ควรโทรศัพท์ไปสอบถาม

17) ตรวจทานผลงานก่อนส่งมอบให้ลูกค้าทุกครั้ง

18) ส่งลูกค้าด้วยไมตรีจิต อาจสบตา ค้อมศีรษะ ยิ้ม ไหว้ หรือลา

6. บัญญัติ 6 ประการ เพื่อให้ลูกค้าชื่นชอบ

1) ยิ้มกับลูกค้า
2) เอาใจใส่ลูกค้า
3) จำชื่อลูกค้าได้ (สำคัญมาก)
4) ให้ความสำคัญกับลูกค้า
5) เป็นนักฟังที่ดี
6) พูดในสิ่งที่เขาสนใจ

7. ข้อห้ามในงานบริการ

1) อย่านิ่งเฉยไม่มีปฏิกิริยาตอบโต้
2) อย่าพูดสวนในขณะที่ผู้อื่นกำลังพูดอยู่
3) อย่าโทษผู้ใช้บริการว่าผิดและตัวเองถูกเสมอ
4) อย่าต่อปากต่อคำ ยียวนกวนประสาท
5) อย่าท้าทายลูกค้าให้ไปฟ้องร้องทั้งเรื่องการปฏิบัติงาน และมารยาทในการให้บริการ

ปัจจุบันสถานที่พักได้รับการยกระดับปรับปรุงการบริการให้เป็นไปตามมาตรการควบคุมโรค เพื่อป้องกันและลดความเสี่ยงในการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 จึงผลักดันให้แหล่งท่องเที่ยวและสถานประกอบการได้รับมาตรฐาน SHA ซึ่งมีสถานประกอบการที่ได้รับมาตรฐาน SHA มีทั้งหมด 6 แห่ง

ได้แก่ 1.อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน 2.บ้านริมธารโฮมสเตย์ บ้านป่าเหมี้ยง 3.กลุ่มท่องเที่ยวชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง 4.ป่าเหมี้ยงวิวโฮมสเตย์ 5. บ้านพรร่มเย็น บ้านแม่แจ๋ม และ 6.เอื้องดินโฮมสเตย์ บ้านป่าเหมี้ยง

ความโดดเด่นของสภาพภูมิศาสตร์ที่มีสายน้ำแร่ไหลผ่าน นอกเหนือจากการเป็นแหล่งท่องเที่ยวแล้ว กลุ่มวิสาหกิจชุมชนเกษตรปลอดภัยไร้สารเคมีตำบลแจ้ซ้อน–กลุ่มเกษตรกรที่ปลูกข้าวด้วยระบบมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ยังใช้สายน้ำแร่นี้ สร้างอัตลักษณ์ให้กับข้าวของชุมชนกลายเป็น**ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน – ข้าวสายน้ำแร่หนึ่งเดียวในประเทศไทย**

สถานประกอบการที่พัก/โฮมสเตย์ ได้ร่วมกันรังสรรค์เมนูสำรับเมนูจาก “ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน” เพื่อเสิร์ฟเป็นสำรับอาหารแนะนำ (Signature Menu) ให้กับผู้มาเยือน สามารถรับชมคลิปแนะนำสถานที่พัก และ Signature Menu ได้ตามคิวอาร์โค้ดที่ปรากฏดังนี้

ภาพที่ 9 แนะนำสถานที่พักคนบนดอยโฮมสเตย์ตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

ภาพที่ 10 แนะนำสถานที่พักบ้านสวนนิศาตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

ภาพที่ 11 แนะนำสถานที่พักบ้านสวนชวนฝันตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

บ้านพักริมธาร

ภาพที่ 12 แนะนำสถานที่พักบ้านพักริมธารตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

แจ้ซ้อนฝ้ายคำรีสอร์ท

ภาพที่ 13 แนะนำสถานที่พักแจ้ซ้อน ฝ้ายคำรีสอร์ทตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

ภาพที่ 14 แนะนำสถานที่พักบ้านพักแจ้ซ้อนกู๊ดฟิลล์ตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

3

Signature Menu
สู่อาหารต้องชิม

3

Signature Menu สู่อาหารต้องชิม ที่ได้รับการนำเสนอและรวบรวมวัตถุดิบ วิธีการปรุง จากสถานประกอบการที่พักโฮมสเตย์

แบ่งเป็น 2 หมวด ได้แก่ หมวดอาหารคาว และ หมวดเครื่องดื่มและอาหารหวาน

3.1. หมวดอาหารคาว ประกอบด้วย

3.1.1 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน

ภาพที่ 15 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนเมื่อหุงสุก

ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนเป็นข้าวมะลิดำหนองคาย 62 (กข 83) เป็นข้าวเจ้าที่มีเยื่อหุ้มเมล็ดข้าวกล้องสีม่วงดำ ปลูกในนาปี อายุเก็บเกี่ยว ประมาณ 130 วัน ผลผลิตเฉลี่ย 500-600 กิโลกรัมต่อไร่ ลักษณะคอรวงยาว ข้าวเมล็ดยาว เปลือกสีดำ คุณภาพสีดีมาก ได้ข้าวเต็มเมล็ด ข้าวสวยนุ่มมีกลิ่นหอม ปลูกในนาที่มีสายน้ำแร่จากแม่น้ำมอญไหลผ่านในหมู่ที่ 2 3 5 6 9 11 12 ของตำบลแจ้ซ้อน อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ “ข้าวอัตลักษณ์ลำปาง ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน ข้าวสายน้ำแร่หนึ่งเดียวในประเทศไทย” โดย

สหกรณ์การเกษตรห้างฉัตร อำเภอห้างฉัตร จังหวัดลำปาง ที่มีมาตรฐานการผลิต HACCP และ GMP

ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนเมื่อหุงสุกแล้วจะมีกลิ่นหอม มีความนุ่ม เมล็ดข้าวยาวเรียงตัวเป็นเมล็ด ข้าวมีสีม่วงเข้ม สามารถนำไปรับประทานร่วมกับกับข้าวทั่วไป เช่นเดียวกับข้าวสวย ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนมีคุณประโยชน์มากมาย มีวิตามินแร่ธาตุสำคัญประกอบด้วย Vitamin B1, Calcium (Ca), Magnesium (Mg), Manganese (Mn), Phosphorus (P), Zinc (Zn) และ Potassium (K) ซึ่งมีปริมาณสูงกว่าข้าวพันธุ์เดียวกันที่ปลูกบริเวณนอกสายน้ำแร่ โดยเฉพาะ Anthocyanin (eq.anthocyanin-3-glucoside) ที่มีปริมาณสูงมากกว่า 5.77เท่า เมื่อหุงสุกจะให้คุณลักษณะข้าวสีม่วงดำที่นิ่ม หอม ทิ้งไว้นานไม่แข็งกระด้าง อัตราส่วนการหุงข้าวที่เหมาะสมคือหุงข้าว 1 ส่วนต่อน้ำ 2 ส่วน หากต้องการความนุ่มมากขึ้นอาจเพิ่มปริมาณน้ำได้ตามระดับความชอบ

3.1.2 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนผัดสับปะรด

ภาพที่ 16 ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อนผัดสับประรด

ประวัติความเป็นมา

ข้าวสายน้ำแร่แจ้ซ้อน เป็นข้าวหอมมะลิดำ นำมาทำเป็นเมนูอาหารที่รับประทานได้ง่าย เป็นที่รู้จักทั่วไปกับแขกผู้มาเยือน ประกอบกับจังหวัดลำปางกำหนดให้ “สับปะรด” เป็นสินค้าแชมป์เปี้ยนของจังหวัด จึงนำมาพัฒนาเป็นเมนูข้าวที่เป็นเอกลักษณ์ประจำถิ่นของตำบลแจ้ซ้อน

ส่วนผสม

1. ข้าวสวย 180 กรัม
2. แฮม 35 กรัม

3.	แครอท	10 กรัม
4.	สับปะรด	35 กรัม
5.	หัวหอมใหญ่	10 กรัม
6.	กระเทียมสับ	2 ช้อนชา
7.	ลูกเกด	15 กรัม
8.	เกลือป่า	½ ช้อนชา
9.	พริกไทยป่น	¼ ช้อนชา
10.	น้ำตาลทราย	1 ช้อนชา
11.	น้ำมันพืช	1 ½ ช้อนโต๊ะ
12.	ต้นหอมหั่นท่อน	4 กรัม

เครื่องเคียง

ต้นหอม มะเขือเทศ แตงกวา

วิธีทำ

1. ใส่น้ำมันในกระทะพอร้อนใส่กระเทียมเจียวพอเหลือง ใส่แครอท ใส่หอมใหญ่ผัดให้หอม ใส่แฮม ลูกเกด ผัดให้เข้ากัน ปรุงรสด้วยเกลือป่น น้ำตาลทราย นำข้าลงผัดให้เข้ากัน ใส่สับปะรดผัดให้เข้ากัน ปิดไฟ ใส่ต้นหอมหั่นท่อน โรยพริกไทยป่น ผัดให้ทั่ว
2. จัดเสิร์ฟกับแตงกวา ต้นหอม มะเขือเทศ

3.1.3 ยำใบเหมี้ยง

ภาพที่ 17 ยำใบเหมี้ยง

ประวัติความเป็นมา

ยำใบเหมี้ยงหรือใบอ่อนของชาอัสสัม ปลูกมากที่หมู่ 7 ตำบลแจ้ซ้อน มีหมู่บ้านการท่องเที่ยวชื่อว่า บ้านป่าเหมี้ยง เป็นอาหารท้องถิ่นที่ใครมาก็ต้องได้ลิ้มลองรสชาติของเมนูนี้ ใบเหมี้ยงเป็นพืชที่มีสรรพคุณทางยาช่วยชูกำลังแต่ถ้ารับประทานมากเกินไปจะทำให้นอนไม่หลับ

ยำใบเหมี้ยงเป็นอาหารท้องถิ่นที่มีเฉพาะในพื้นที่สามารถรับประทานได้ตลอดทั้งปี ยำใบเหมี้ยงจะใช้ใบเหมี้ยงดิบซึ่งจะมีรสฝาดเล็กน้อย ในกรรมวิธีการปรุงจึงมีการนำปลากระป๋องเป็นส่วนผสมช่วยให้รสชาติอาหารกลมกล่อมและลดความฝาดของใบเหมี้ยง

ส่วนผสม

1.	ใบเหมี้ยง	250 กรัม
2.	ปลากระป๋อง	1 กระป๋อง
3.	หอมหัวใหญ่	1 หัว
4.	มะเขือเทศ	1 ลูกหั่นเป็นลูกเต๋า
5.	พริกขี้หนู	10 เม็ด
6.	กระเทียม	1 กลีบ
7.	น้ำปลา	1 ช้อนโต๊ะ
8.	มะนาว	1 ลูก
9.	น้ำตาลทรายขาว	½ ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. เด็ดใบเหมี้ยงใบอ่อนปานกลางไม่ขมไม่แข็งเกินไปนำไปล้างแล้วซอยให้ละเอียด
2. ใส่หอมหัวใหญ่ซอยและหั่นมะเขือเทศให้เป็นลูกเต๋า
3. นำพริกขี้หนูซอยละเอียด กระเทียมสับละเอียดเจียวจนเหลืองหอม คลุกเคล้าให้เข้ากันแล้วบีบมะนาวเติมน้ำปลาตามรสชาติที่ต้องการ
4. ใส่ปลากระป๋องลงไปคลุกเคล้าให้เข้ากัน

3.1.4 หนอนใบชา

ภาพที่ 18 หนอนใบชา

ประวัติความเป็นมา

หนอนใบชาเป็นเมนูที่คิดค้นขึ้นมาใหม่ให้สอดคล้องกับยุคสมัยปัจจุบัน ซึ่งสามารถทานเป็นอาหารหลักและอาหารว่างได้ เป็นเมนูทางเลือกสำหรับผู้ที่ไม่ชอบทานผักดิบหรือผักที่มีรสชาติฝาดโดยวิธีการทำจะนำใบเหมี้ยงมาพันกับหมูสับที่ปรุงรสแล้วนำมาทอดทำให้ทานง่ายมากขึ้น

ส่วนผสม

1. หมูสับ ½ กิโลกรัม
2. ใบชา (เลือกใบกลางๆ) ไม่แก่และไม่อ่อนจนเกินไป 30 ใบ

3. ซอสปรุงรส 1 ช้อนโต๊ะ
4. น้ำปลา ½ ช้อนโต๊ะ
5. พริกไทย ½ ช้อนโต๊ะ
6. เห็ดหอม 1 ขีด

วิธีทำ

1. เลือกใบชาขนาดกลางล้างให้สะอาด
2. หั่นเห็ดหอมเป็นชิ้นเล็กๆ
3. ปรุงรสหมูสับด้วยซอส น้ำปลา พริกไทย เห็ดหอมที่เตรียมไว้นำมาคลุกเคล้าให้เข้ากัน
4. นำมาพันกับใบชาที่เลือกไว้เสียบไม้แล้วนำมาทอด

3.1.5 ส่าจ๊อย

ภาพที่ 19 ส่าจ๊อย

ประวัติความเป็นมา

ส่าจ๊อยจะสื่อถึงความมั่นคงทางอาหารคืออยู่ดีกินดีเพราะจะมีส่วนผสมของเนื้อหมู สมุนไพร ชาวลาหู่จะนิยมทำในช่วงประเพณีสำคัญๆ เช่น ประเพณีกินข้าวใหม่ ประเพณีปีใหม่ งานแต่งงานและเวลามีแขกมาเยี่ยมเยียนก็จะทำให้ส่าจ๊อยให้ทานถ้าได้กินส่าจ๊อยจากชาวลาหู่จะถือว่าได้รับเกียรติสูงสุดของเจ้าของบ้าน

มีเครื่องเทศบางชนิดที่พิเศษ ชาวลาหู่เรียกว่า หอมชู (ภาพที่ 20) ซึ่งให้ความหอมเฉพาะกับส่าจ๊อย

ภาพที่ 20 รากหอมชู

ส่วนผสม

1.	เนื้อหมูบด	1 กิโลกรัม
2.	มะชู (ใช้ส่วนเปลือกของลูกมะกอกป่า)	1 ขีด
3.	รากหอมชู	1 ขีด
4.	ผักแพรว	1 ขีด
5.	ต้นหอม	1 ขีด
6.	ขิง	1 ขีด
7.	ตะไคร้	1 ขีด
8.	หอมหัวใหญ่	1 ขีด

9. ใบส่า	30 ใบ
10. ผักชี	1 ขีด
11. ผงปรุงรส	½ ช้อนชา
12. ผงชูรส	½ ช้อนชา
13. พริกป่น	1 ช้อนโต๊ะ
14. เกลือ	½ ช้อนชา

วิธีทำ

1. นำรากชู ผักแพรว ต้นหอม ขิง ตะไคร้ หอมหัวใหญ่ ผักชี นำมาหั่นซอยเป็นชิ้นเล็กๆ
2. นำเปลือกมะกอกป่าที่ขูดเรียบร้อยมาสับกับหมูบดที่เตรียมไว้
3. ปรุงรสด้วยส่วนผสมต่างๆที่เตรียมไว้แล้วนำมาคุลกเคล้าให้เข้ากัน
4. เตรียมใบส่ามาห่อแล้วนำมานึ่ง

3.1.6 น้ำพริกแมกคาเดเมีย

ภาพที่ 21 น้ำพริกแมกคาเดเมีย

ประวัติความเป็นมา

ผลแมคคาเดเมียปลูกมากในหมู่ 1 บ้านแม่แจ่ม ตำบลแจ้ซ้อน นำมาแปรรูปเป็นน้ำพริกแมคคาเดเมีย มีสรรพคุณช่วยลดไขมันในเส้นเลือดและป้องกันการเกิดลิ่มเลือดได้ เพราะภายในเมล็ดแมคคาเดเมียนั้นมีกรดไขมันไม่อิ่มตัวสูง และไม่มีคอเลสเตอรอล นอกจากนี้ยังมีธาตุเหล็กและแมกนีเซียม

ส่วนผสม

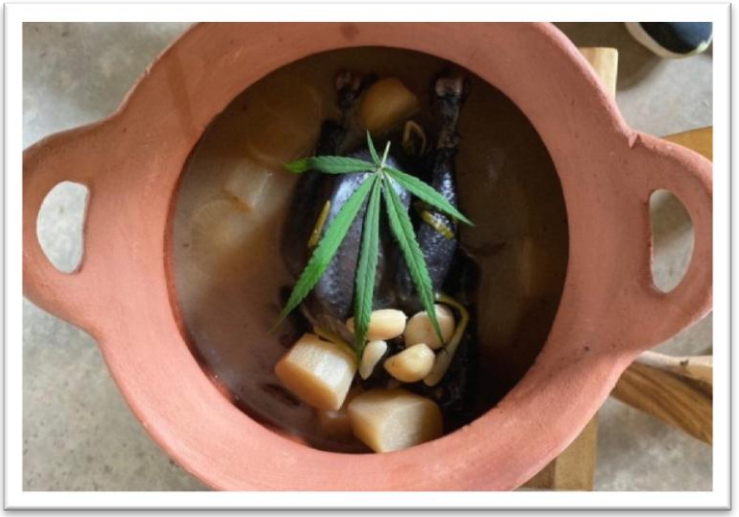
1. แมกคาเดเมียคั่ว 200 กรัม
2. พริกขี้หนูคั่ว 100 กรัม

3. พริกหนุ่มอ่อนย่าง ย่างจนเปลือกพองไหม้ แล้วลอกเปลือกออก — 100 กรัม
4. กระเทียมคั่ว — 50 กรัม
5. หอมแดงคั่ว — 50 กรัม
6. เกลือ — ½ ช้อนชา
7. ผงชูรส — ½ ช้อนชา
8. มะนาว — 1 ลูก

วิธีทำ

1. ตำเกลือ กระเทียมคั่วจนแหลก
2. ใส่แมกคาเดเมียคั่วตำจนแหลกพอประมาณ
3. ใส่พริกขี้หนูคั่ว พริกหนุ่มอ่อนย่างตำให้เข้ากัน
4. ปรุงรสด้วยผงชูรสและมะนาวจนได้รสชาติที่ต้องการ
5. โรยหน้าด้วยแมกคาเดเมียเพื่อเพิ่มสีสันน่ารับประทาน
6. เสริฟพร้อมข้าวร้อนๆและผักสด

3.1.7 ไก่ดำตุ๋น



ภาพที่ 22 ไก่ดำตุ๋น

ประวัติความเป็นมา

สืบเนื่องจากการส่งเสริมการเพาะเลี้ยงไก่กระดูกดำให้กับชนเผ่าลาหู่ บ้านป่าคาสันติสุขจึงมีการผลักดันให้เกิดตลาดโดยการนำไก่ดำมาเป็นเมนูซิกเนเจอร์ ซึ่งไก่ดำมีสรรพคุณช่วยในการต้านอนุมูลอิสระ (คาร์โนซิล) มากกว่าเนื้อสัตว์ประเภทอื่นๆ ซึ่งมีส่วนช่วยในการรักษาโรค บำรุงสายตา บำรุงระบบการได้ยิน ต้านมะเร็ง และลดคอลเลสเตอรอล นอกจากสารต้านอนุมูลอิสระจำนวนมากแล้ว ไก่ดำยังมีไขมันต่ำกว่าไก่ทั่วไป มีโปรตีนสูง ธาตุเหล็ก และแร่ธาตุสูงกว่าเนื้อไก่ทั่วไป

ส่วนผสม

1.	หัวไชเท้า	400 กรัม
2.	น้ำตาลปี๊บ	100 กรัม
3.	เกลือ	50 กรัม
4.	ไก่ดำ	1 ตัว
5.	กัญชา	5 กรัม
6.	น้ำมันงา	1 ช้อนโต๊ะ
7.	ซีอิ๊วขาว	3 ช้อนโต๊ะ
8.	น้ำมันหอย	2 ช้อนโต๊ะ
9.	กระเทียม	2 หัว
10.	เมล็ดพริกไทย	½ ช้อนชา
11.	รากผักชี	3 ราก
12.	น้ำเปล่า	3 ลิตร
13.	ผงปรุงรส	2 ช้อนชา

วิธีทำ

1. โขลกกระเทียม เมล็ดพริกไทย รากผักชีให้ละเอียด
2. ใส่หัวไชท้าวลงไป ตามด้วยน้ำตาลปี๊บ น้ำมันงา น้ำมันหอย ซีอิ๊วขาว เกลือใส่รวมกัน
3. นำไก่ดำใส่ลงไปตามด้วยผงปรุงรส
4. เติมน้ำสะอาดลงไป 3 ลิตร หลังจากนั้นเคี่ยวไฟกลางประมาณ 1.30–2 ชั่วโมง หรือจนกว่าไก่จะสุกดีพร้อมยกลงเสริฟ

3.1.8 ไข่ป่าม

ภาพที่ 23 ไข่ป่าม

ประวัติความเป็นมา

ไข่ป่าม เป็นเมนูอาหารที่มีเฉพาะภาคเหนือ โดยลักษณะการป่าม คือ การนำไข่ใส่กระทงใบตองแล้วนำมาปิ้งให้สุก ใบตองที่โดนไฟจะมีกลิ่นหอมชวนรับประทาน

การทำไข่ป่ามเป็นการทำอาหารแบบง่ายๆที่ใครๆก็ทำได้ ซึ่งมีส่วนผสมและวิธีการทำดังนี้

ส่วนผสม

1. ไข่ไก่	5 ฟอง
2. ต้นหอมซอย	2 ช้อนโต๊ะ
3. เกลือป่น	½ ช้อนชา

วิธีทำ

1. ตอกไข่ใส่ชาม ปรุงรสด้วยเกลือเล็กน้อย ใส่ต้นหอม แล้วตีให้เข้ากัน
2. ตักไข่ใส่กระทง แล้วเอาไปย่างด้วยไฟอ่อนย่างไปจนไข่ด้านบนเริ่มสุกนิดๆ จากนั้นก็ยกลงจากเตา เสิร์ฟพร้อมข้าวสวยร้อนๆ

3.1.9 หลามปลา

ภาพที่ 24 หลามปลา

ประวัติความเป็นมา

ตำบลแจ้ซ้อนมีสายน้ำมอญ เป็นแหล่งน้ำธรรมชาติที่มีปลาชุกชุม และมีป่าไผ่กระจายอยู่ทั่วไป ผู้ประกอบการโฮมสเตย์บ้านพักริมธาร จึงนำกระบอกไม้ไผ่มาใช้เป็นภาชนะใส่เครื่องปรุงต่างๆพร้อมให้ความร้อน จึงทำให้เมนูนี้มีกลิ่นหอมของกระบอกไม้ไผ่ ผสมผสานสมุนไพรตามสูตร

วัตถุดิบ

1. ปลาช่อน/ปลาสร้อย
2. พริกขี้หนู
3. ขมิ้น
4. ตระไคร้

5. ข่า
6. กระเทียม
7. หอมแดง
8. เม็ดผักชี

วิธีทำ

1. เตรียมกระบอกไม้ไผ่ ตัดเป็นปล้องล้างให้สะอาด
2. เตรียมน้ำสะอาดพอประมาณ ใส่ลงในกระบอกครึ่งกระบอก
3. เครื่องปรุงหลามปลา
   - ตำพริกขี้หนู ขมิ้น ตระไคร้ ข่า กระเทียม หอมแดง เม็ดผักชี ให้ละเอียดเป็นเนื้อเดียวกัน
   - นำเครื่องปรุง ไปปรุงใส่ลงในกระบอกไม้ไผ่
   - นำกระบอกไปตั้งบนเตาไฟ พอให้น้ำเดือด
   - เตรียมปลาผสมน้ำมะนาว ใส่ลงไปในกระบอกไม้ไผ่
   - นำใบตอนมาปิดปากฝากระบอก รอสุก จนสามารถรับประทานได้

3.1.10 ยำผักกูด

ภาพที่ 25 ยำผักกูด

ประวัติความเป็นมา

ผักกูด เป็นพืชที่ชอบน้ำ จึงเหมาะสมกับสภาพพื้นที่ของตำบลแจ้ซ้อน ที่มีน้ำหลายพื้นที่ เหมาะสมต่อการปลูกผักกูด จึงทำให้ผักกูดที่นำมาประกอบอาหาร หาได้ง่าย สด ผู้ประกอบการโฮมสเตย์บางแห่ง ก็ปลูกไว้เพื่อประกอบอาหารนำเสนอแก่ผู้ที่เข้าพัก เช่น โฮมสเตย์บ้านสวนนิศา เป็นต้น

วัตถุดิบ

1. ผักกูด
2. หมูยอ

3. หมูสับ
4. หอมหัวใหญ่
5. แครอท
6. มะเขือเทศ
7. พริกขี้หนู

วิธีทำ

1. เตรียมผักกูดมาเด็ด ยอดอ่อน ล้างให้สะอาด
2. เตรียมหมูสับ + หมูยอ ลวกให้เรียบร้อย
   - ตำพริกขี้หนูตำให้ละเอียดนำมาผสมน้ำมะนาว น้ำปลา
   - ซอยหัวแครอท เป็นเส้นแต่งเป็นสีสัน ซอยคื่นฉ่ายและมะเขือเทศก่อนยำ
   - ตั้งน้ำให้เดือด นำผัดกูดลงลวก สุกพอประมาณ และตักออกมาน็อคน้ำเย็นสักพักแล้วเทออก
   - เตรียมตำพริก กระเทียม ให้เข้ากัน
   - นำหมูบด+หมูยอ มายำรวมกัน ปรุงรสให้ได้รสชาติตามต้องการ

3.1.11 น้ำพริกมะกิ้ง

ภาพที่ 26 น้ำพริกมะกิ้งและผักลวกตามฤดูกาล

ประวัติความเป็นมา

เมนูเด็ดสำหรับคนชอบทานน้ำพริก บะกิ้ง คือ มะกิ้ง เป็นพืชป่าที่หาทานยาก กว่าจะทานได้ไม่ง่ายเลย เป็นพืชอาหาร ขึ้นตามป่าบนที่สูง มีผลกลมสีเขียวดูเหมือนแตงโม แต่ผ่าดูเนื้อผล พบเมล็ดขนาดใหญ่หลายเมล็ด ในแต่ละ

ช่อง เปลือกแข็ง ต้องนำมาเผาไฟ แล้วแกะเอาแต่เนื้อข้างในเมล็ด พืชชนิดนี้ไม่ค่อยมีใครรู้จัก เว้นแต่คนบนดอย เรียกกันว่า มะกิ้ง นำมาตำน้ำพริกทำให้ได้รสชาติมัน ๆ คล้ายแมคเคเดเมีย ผู้ประกอบการโฮมสเตย์ เช่น บ้านสวนนิศา บ้านสวนชวนฝัน จะปลูกต้นมะกิ้งไว้เพื่อเก็บผลนำมาทำน้ำพริก เสริฟให้กับผู้มาเยือนพร้อมด้วยผักลวก ผักสดตามฤดูกาล

ภาพที่ 27 ต้นมะกิ้งและผลมะกิ้ง

ภาพที่ 28 เม็ดมะกิ้งที่เผาไฟพร้อมแกะเพื่อนำมาทำน้ำพริก

วัตถุดิบ

1 มะกิ้งแก่

2 พริกหนุ่ม

3 กระเทียม

4 เกลือ

วิธีทำ

1. ผ่าผลมะกิ้งที่แก่แล้วเอาเม็ดข้างในมาเผาไฟอ่อนๆ
2. นำพริกหนุ่มและกระเทียมมาเผาไฟ
3. นำส่วนผสมทั้งหมดโขลกให้ละเอียด ปรุงรสด้วยเกลือ

3.1.12 ยำไก่เมือง

ภาพที่ 29 ยำไก่เมือง

ประวัติความเป็นมา

ยำไก่เมือง เป็นภาษาถิ่นเหนือ เรียกเป็นภาษากลางได้ว่า ต้มยำไก่เมือง ใช้เครื่องแกงพริกลาบเป็นเครื่องปรุงรส ที่มีมะแข่น ซึ่งเป็นเครื่องเทศทางภาคเหนือให้กลิ่นรสเผ็ดร้อนเฉพาะแก่น้ำต้มยำ ผู้ประกอบการโฮมสเตย์ในตำบลแจ้ซ้อนบางแห่ง ปลูกไว้เพื่อใช้ประกอบอาหาร เช่น บ้านสวนนิศา ฝ้ายคำรีสอร์ท เป็นต้น

ภาพที่ 30 ต้นมะแข่นและเม็ดมะแข่น

วัตถุดิบ

1. ไก่เมือง 1 ตัว
2. พริกแห้งย่างไฟอ่อน 21 เม็ด
3. เม็ดผักชี 1 กำมือครึ่ง
4. มะแข่น 1 กำมือครึ่ง
5. ผักชี ผักไผ่
6. กระเทียม 3 หัว
7. หอมแดง 2 หัว
8. เกลือครึ่งช้อนชา
9. กะปิปิ้ง 1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. นำไก่ต้มสุกมาฉีกเป็นเส้นๆ
2. เตรียมพริกลาบ โดยย่างพริกแห้ง หอมแดง กระเทียมกับเตาถ่าน พักให้เย็น คั่วเครื่องเทศ ได้แก่ มะแข่น เม็ดผักชี พอมีกลิ่นหอม โขลกทั้งหมดรวมกันให้ละเอียด ใส่เกลือลงโขลกรวมกัน คนให้เข้ากัน
3. ตั้งหม้อเทน้ำลงหม้อ ตั้งไฟพอน้ำร้อนเทพริกลาบลงไปรอสักพัก นำไก่ฉีกใส่ลงไปน้ำเดือดใส่ต้นหอม ผักชี ผักไผ่ลงไป
4. ใส่เครื่องปรุงรสทั้งหมดลงไป คนให้เข้ากัน ชิมรสชาติตามชอบ ตักใส่ชามพร้อมเสิร์ฟ

3.1.13 แกงแคไก่บ้าน

ภาพที่ 31 แกงแคไก่บ้าน

ประวัติความเป็นมา

แกงแค เป็นแกงที่ประกอบด้วยผักหลายชนิด ใส่ผักพื้นบ้านเก็บจากสวน สามารถใส่ผักชนิดต่างๆได้หลากหลาย เช่น ผักตำลึง ผักชะอม ใบชะพลู ผักชีฝรั่ง มะเขือพวง เห็ดลมอ่อน ดอกแค เป็นต้น ขึ้นกับฤดูกาล ผักที่นำมาปรุงแกงแคมีทั้งผักรสเย็น รสเผ็ด รสร้อน รสมัน แกงแคจึงเป็นอาหารที่เหมาะสมในการปรับธาตุในร่างกายให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงได้

แกงแคมักนิยมใช้ไก่ที่เลี้ยงตามบ้าน เนื้อจะนุ่มเหนียว ไม่เละ มีรสชาติเป็นเอกลักษณ์ตามตำรับอาหารพื้นบ้านที่ผสมผสานกันอย่างลงตัว ระหว่างผักพื้นบ้าน เนื้อไก่บ้าน และ เครื่องปรุง ทานแล้วจะได้ความหวานจากเนื้อไก่บ้านผสมผสานกับรสเผ็ด เฝื่อน ขม ของผักต่าง ๆ โดยมีเครื่องเทศท้องถิ่นมะกาด

เป็นเครื่องเทศที่กลิ่นรสของอาหารถิ่นเหนือได้เป็นอย่างดี พร้อมทั้งใส่ข้าวสายน้ำแร่คั่วบดละเอียดให้กลิ่นหอมของข้าว

ภาพที่ 32 ต้นมะกาดและเม็ดมะกาด

วัตถุดิบ

1. ไก่บ้านหั่นพอดีคำ
2. มะเขือเจ้าพะยา
3. ถั่วฝักยาว
4. ผักเผ็ด
5. ชะอม
6. ฟักแม้ว ผักแค
7. ผักชีใบเรื่อย
8. พริกชี้ฟ้าตากแห้ง

9. ช่าซอย
10. ตะไคร้หั่น
11. กระเทียม
12. หอมแดง
13. สมุนไพรพื้นบ้านมะกาด
14. กะปิ
15. ข้าวสายน้ำแร่คั่ว

วิธีทำ

1. นำผักในสวนตามฤดูกาล เช่นมะเขือเจ้าพะยา, ถั่วฝักยาว ผักเผ็ด, ชะอม,ฟักแม้วผักแค,ผักชีใบเรื่อย หั่นชิ้นพอคำ
2. โขลกน้ำพริก พริกชี้ฟ้าตากแห้ง ช่าซอย ตะไคร้หั่น กระเทียม หอมแดง สมุนไพรพื้นบ้านมะกาด กะปิ
3. ข้าวสายน้ำแร่คั่วให้หอม บดละเอียด
4. ผัดน้ำพริก ให้หอมใส่ไก่ เติมน้ำน้ำเดือด ตั้งไฟอีก10 นาทีใส่ผักสุกพอดี ใส่ข้าวคั่ว ชิมรสตามชอบ

3.1.14 ยำไข่น้ำแร่แจ้ซ้อน

ภาพที่ 33 ยำไข่น้ำแร่แจ้ซ้อน

ประวัติความเป็นมา

ไข่น้ำแร่ คือไข่ไก่สดที่นำไปแช่ในบ่อน้ำพุร้อนธรรมชาติ ที่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน ซึ่งมีอุณหภูมิ 80 องศาเซลเซียส ใช้เวลาแช่ 16 นาที แล้วจะได้ไข่ที่สุก โดยไข่แดงจะแข็ง ไข่ขาวจะเหลวเป็นวุ้น เพิ่มรสชาติด้วยเครื่องยำตามความชอบ

ภาพที่ 34 วิธีการลวกไข่น้ำแร่แจ้ซ้อน

วัตถุดิบ

1. ไข่น้ำแร่ 6 ฟอง
2. พริกขี้หนูสด 10 เม็ด
3. มะนาว 2 ลูก
4. ต้นหอม ผักชี ผักชี้นช่าย สะระแหน่ อย่างละ 3 ยอด
5. หอมแดง 5 หัว
6. น้ำปลา ครึ่งข้อนโต๊ะ
7. คนอร์ซอสข้นปรุงรส รสไก่ ครึ่งข้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. เตรียมของสำหรับทำยำ ล้างผักให้สะอาด หั่นหยาบ ปอกหอมแดง
2. หั่นพริกขี้หนู หอมแดงใส่ชาม บีบมะนาว ใส่คนอร์ซอสข้นปรุงรส รสไก่ น้ำปลา คนให้เข้ากัน ปรุงรสตามชอบ
3. ตอกไข่น้ำแร่ใส่จาน ราดน้ำยำ ใส่ต้นหอม ผักชี ผักขึ้นช่ายหั่นหยาบ และสะระแหน่ที่เด็ดใบ ลงไป คลุกเคล้าเบาๆ

3.1.15 น้ำพริกอ่อง

ภาพที่ 35 น้ำพริกอ่อง

ประวัติความเป็นมา

น้ำพริกอ่องเป็นน้ำพริกของภาคเหนือที่เป็นที่รู้จักกันมายาวนาน ลักษณะเด่นของน้ำพริกอ่อง คือ มีสีส้มของสีมะเขือเทศและพริกแห้ง ที่เคี่ยวจนเป็นน้ำขลุกขลิก มีน้ำมันลอยหน้าเล็กน้อย เสริฟพร้อมผักสดหรือผักลวกตามฤดูกาล นิยมใช้เป็นน้ำพริกรับรองผู้มาเยือนภาคเหนือ เพราะมีรสเผ็ดเล็กน้อย ครบสามรส คือ เปรี้ยว เค็ม และรสหวาน จึงเป็นรสชาติที่รับประทานได้ง่าย

วัตถุดิบ

1.	หมูสับ	300 กรัม
2.	มะเขือเทศราชินี	150 กรัม
3.	เกลือ	1 ช้อนชา
4.	น้ำตาล	1½ ช้อนชา
5.	ต้นหอม	2 ต้น
6.	ผักชี	1 ต้น
7.	กระเทียมจีน	6 กลีบ
8.	หอมแดง	6 หัว
9.	รากผักชี	1 ต้น
10.	พริกชี้ฟ้าแห้ง	4 เม็ด
11.	พริกชี้ฟ้าสด	1 เม็ด
12.	ถั่วเน่า	½ แผ่น
13.	กะปิ	1 ช้อนโต๊ะ

วิธีทำ

1. เริ่มต้นด้วยการโขลกเครื่องแกงสำหรับทำน้ำพริกอ่อง ได้แก่ พริกชี้ฟ้าแห้งแช่น้ำจนนิ่ม พริกชี้ฟ้าแดง กระเทียม หอมแดง รากผักชี ถั่วเน่า และกะปิ โขลกให้เป็นเนื้อเดียวกัน
2. ตั้งกระทะไฟกลาง – แรง ใส่น้ำมันมะกอก พอน้ำมันเริ่มร้อนได้ที่ นำเครื่องแกงที่เตรียมไว้ลงไปผัดให้หอม
3. ใส่ตามด้วยเนื้อหมูสับลงไป ผัดคลุกเคล้าให้เข้ากันจนหมูสุกร่วน สีสวย
4. ใส่มะเขือเทศราชินีผ่าครึ่งซีกลงไป ผัดไปเรื่อย ๆ จนมะเขือเทศเริ่มเปื่อย

5. ปรุงรสด้วยเกลือและน้ำตาล ชิมรสตามใจชอบ เสร็จแล้วเติมน้ำล้างครกลงไป แล้วเคี่ยวต่อจนหมูและมะเขือเทศเปื่อยนุ่ม
6. เมื่อทุกอย่างดูได้ที่ นำต้นหอมซอยมาโรยหน้าแล้วปิดเตา ตักเสิร์ฟใส่สำรับที่มีเครื่องเคียงและผักสดตามใจชอบ ตกแต่งหน้าน้ำพริกอ่องด้วยต้นหอมซอยและใบผักชี เป็นอันเสร็จพร้อมรับประทาน

3.2 หมวดเครื่องดื่มและอาหารหวาน ประกอบด้วย

3.2.1 เครื่องดื่มจากข้าวสายน้ำแร่ (Mineral Water Rice de CHAE SON)

ภาพที่ 36 เครื่องดื่มจากข้าวสายน้ำแร่ (Mineral Water Rice de CHAE SON)

ประวัติความเป็นมา

Mineral Water Rice de CHAE SON เป็นเครื่องดื่มคอกเทลที่ประยุกต์ใช้ส่วนผสมจากน้ำซาวข้าวมะลิดำสายน้ำแร่แจ้ซ้อน แทนผลไม้ เมื่อนำมาผสมกับมะนาวจะทำให้เกิดปฏิกริยาเปลี่ยนสีม่วงเป็นสีชมพูอ่อน ๆ ผสมกับน้ำหวานกลิ่นกุหลาบหรือลิ้นจี่ และ Vodka เล็กน้อย ผสมกับน้ำแข็งแล้วเขย่า เทออกเสริฟพร้อมน้ำแข็ง ทานแล้วหอมเย็นชื่นใจ เป็นอีกเมนูประยุกต์ที่เชฟมืออาชีพ

ร่วมกับผู้ประกอบการโฮมเสตย์แจ้ซ้อน สร้างสรรค์ขึ้นมาเพื่อให้เป็นเครื่องดื่ม signature สุดประทับใจของโฮมเสตย์แจ้ซ้อน

ส่วนผสม

1.	น้ำซาวข้าวหอมมะลิดำสายน้ำแร่	1 ออนซ์
2.	น้ำเชื่อมใส (น้ำ 1 ส่วน: น้ำตาล 1 ส่วน)	1 ออนซ์
3.	น้ำเชื่อมกลิ่นกุหลาย	1 ออนซ์
4.	น้ำเชื่อมกลิ่นลิ้นจี่	1 ออนซ์
5.	น้ำมะนาวคั้นสด	1 ออนซ์
6.	ชเวปส์มะนาวโซดา	1 กระป๋อง
7.	น้ำแข็งก้อนใหญ่	5 ก้อน
8.	น้ำแข็งก้อนเล็กหรือน้ำแข็งป่น	เล็กน้อย

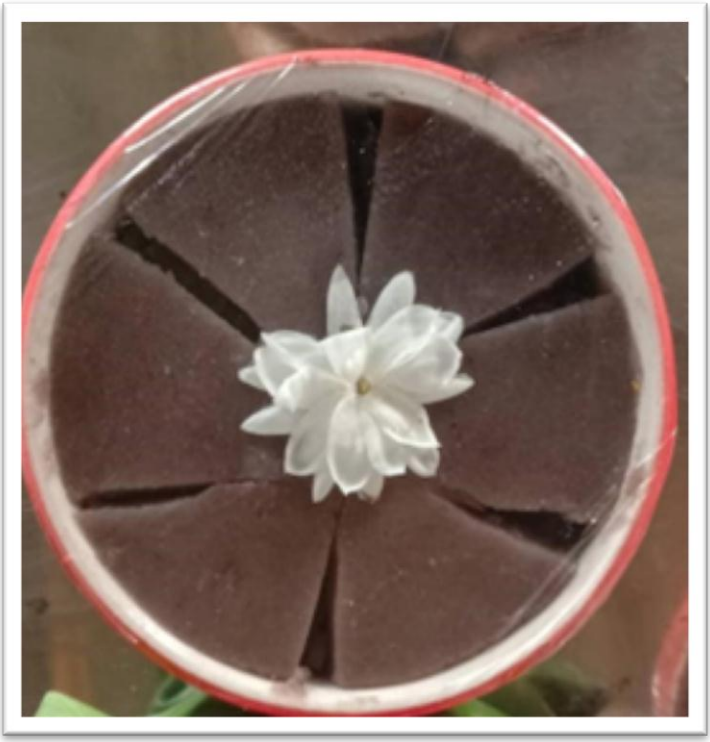
หมายเหตุ

- เติมวอดก้า 1 ออนซ์ หากต้องการส่วนผสมของแอลกอฮอล์
- ปรับเพิ่มลดตามความเปรี้ยวของมะนาว

วิธีทำ

ตวงส่วนผสมทั้งหมดยกเว้นชเวปส์ลงใน shaker เขย่าให้เข้ากัน รินใส่แก้วที่ใส่น้ำแข็งก้อนเล็กไว้ในปริมาณที่ต้องการ ท๊อปด้วยชเวปส์มะนาวโซดา

3.2.2 ขนมวุ้นชวนฝัน



ภาพที่ 37 ขนมวุ้นข้าวสายน้ำแร่

ประวัติความเป็นมา

ผู้ประกอบการโฮมสเตย์บ้านสวนชวนฝัน เป็นผู้พัฒนาสูตรการผลิตขนมวุ้นชวนฝัน เพื่อสร้างความโดดเด่นของสำรับแนะนำให้กับแขกที่มาพัก เป็นขนมวุ้นที่มีรสหวานละมุน หอมกะทิผสมกลิ่นข้าวสายน้ำแร่คั่ว

วัตถุดิบ

1. ผงวุ้น
2. น้ำตาล
3. เกลือ
4. กะทิ
5. ข้าวสายนำแร่คั่วบดละเอียด

วิธีทำ

นำผงวุ้นเย็น ผสมน้ำ ทิ้งไว้สักครู่ แบ่ง1 ส่วน 3 นำไปตั้งไฟอ่อน คนจนวุ้นละลายใส่น้ำตาลใส่เกลือ คนจนละลาย เทใส่ถ้วย 1/3ส่วน พักไว้ นำน้ำผสมวุ้น 2 ส่วนที่เหลือตั้งไฟอ่อน คนจนละลายเติมกะทิ น้ำตาล และข้าวสายน้ำแร่คั่วบดละเอียดประมาณ 1 ส่วน 4 ของวุ้นที่ตั้ง คนจนได้ที่ นำมาเททับวุ้นชั้นแรกพักให้เย็น

3.2.3 ข้าวสายน้ำแร่คลุกมะพร้าว

ภาพที่ 38 ข้าวสายน้ำแร่คลุกมะพร้าว

ประวัติความเป็นมา

ผู้ประกอบการบ้านพักริมธาร ได้นำข้าวกล้องสายน้ำแร่มาหุงสุก ให้กลิ่นหอมของข้าว เสริมรสหวานละมุนด้วยน้ำตาลทรายแดงเพิ่มความมันด้วยมะพร้าวอ่อนและงาคั่ว เวลารับประทานจะได้เนื้อสัมผัสของข้าวที่เหนียวนุ่มหอมงาคั่วและมะพร้าวอ่อน

วัตถุดิบ

1. ข้าวกล้องสายน้ำแร่
2. มะพร้าวอ่อน
3. น้ำตาลทรายแดง
4. งาคั่ว

วิธีทำ

1. นำข้าวกล้องสายน้ำแร่มาหุงสุก
2. เตรียมขูดมะพร้าวอ่อน + น้ำตาลทรายแดง
3. นำงาขาวคั่วงาด้วยไฟอ่อน
4. นำทุกอย่างมาคลุกเคล้าให้เข้ากัน ก็เป็นอันเสร็จสิ้น

3.2.4 ข้าวปุ๊

ภาพที่ 39 ข้าวปุ๊

ประวัติความเป็นมา

ข้าวปุ๋เป็นการเพิ่มมูลค่าข้าวก่ำดอย ถือเป็นอาหารตาม ประเพณที่สืบทอดกันมาทุกปี ช่วงวันที่ 25 ธันวาคม – 4 มกราคมซึ่งเป็นเทศกาลปีใหม่ของชาวม้งจะมีการทำข้าวปุ๋เพื่อเป็นขนมรับแขกและแจกจ่ายให้แก่แขกที่มาเยี่ยมเยือน

การผลิตและวิธีการบริโภค สามารถรับชมได้จากคิวอาร์โค้ดที่ปรากฏ

ภาพที่ 40 กรรมวิธีการผลิตและบริโภคข้าวปุ๋แสดงตามคลิปที่ปรากฏในคิวอาร์โค้ด

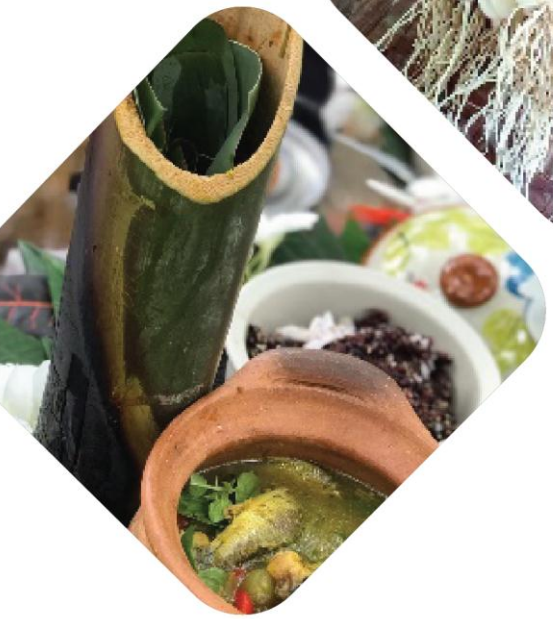
ส่วนผสม

1.	ข้าวก่ำดอย	3 ลิตร
2.	งาขาว	300 กรัม
3.	งาขี้ม่อน (งาดำ)	300 กรัม

วิธีทำ

1. นำข้าวก่ำดอยมาแช่น้ำไว้ 1 คืนแล้วนำมานึ่งพอสุก
2. นำเอามาใส่เครื่องบดแล้วคลุกเคล้ากับงาขาว งาขี้ม่อนแล้วปั่นเป็นก้อนๆพร้อมกับปี้แบนๆลงบนใบตองสามารถรับประทานได้เลย หรือใครชอบแบบปิ้งหรือทอดก็ได้พร้อมจิ้มกับนมข้นหวาน

บรรณานุกรม



บรรณานุกรม

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2564). Safety & Health Administration (SHA) : มาตรฐานความปลอดภัยด้านสุขอนามัยประเภท โรงแรมและที่พักสถานที่จัดประชุม. https://www.thailandsha.com/info_inside/27. (ค้นหาเมื่อ 1 มีนาคม 2565)

จารุวรรณ กะวิเศษ. 2562. ศิลปะการให้บริการในอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ. บริษัท แม็คเอ็ดดูเคชั่น จำกัด. 256 หน้า.

จิตตินันท์ นันทไพบูลย์ (2552) จิตวิทยาบริการ. กรุงเทพฯ. บริษัทซีเอ็ดยูเคชั่น จำกัด (มหาชน). 360 หน้า.

จันทร์เพย ตะเวที, ผู้ประกอบการฝ้ายคำรีสอร์ท (การสื่อสารส่วนบุคคล, 15 พฤษภาคม 2565)

จำลอง อภิรักษ์วงศ์, ผู้ประกอบการบ้านพักแจ้ซ้อนกู๊ดฟิลด์ (การสื่อสารส่วนบุคคล, 10 สิงหาคม 2565)

จำเริญ จันทร์งาม, ผู้ประกอบการคนบนดอยโฮมสเตย์ (การสื่อสารส่วนบุคคล, 30 มีนาคม 2565)

ชยาภรณ์ แสงยาอรุณ, ผู้ประกอบการข้าวปุ๊ (การสื่อสารส่วนบุคคล, 15 กรกฎาคม 2565)

บุษบา สุดประสงค์, ผู้ประกอบการร้านโรงเตี้ยม (การสื่อสารส่วนบุคคล, 18 พฤษภาคม 2565)

พรรณี สวนเพลง และคณะ. (2559). การท่องเที่ยวเชิงอาหาร. รายงานภาวะเศรษฐกิจท่องเที่ยว. https://asean.psu.ac.th/Data/tourism/topic/17/Gastronomy_Tourism_TH2559.pdf (ค้นหาเมื่อ 15 กันยายน 2565)

ซอบะ สานสุทธิวงศ์, ผู้นำกลุ่มลาหู่ บ้านแม่แจ๋ม (การสื่อสารส่วนบุคคล, 22 กรกฎาคม 2565)

นิศากร เตวิชัย, ผู้ประกอบการบ้านสวนนิสา (การสื่อสารส่วนบุคคล, 30 พฤษภาคม 2565)

ภัณฑิรา เตวิชัย, ผู้ประกอบการบ้านสวนชวนฝัน (การสื่อสารส่วนบุคคล, 1 พฤษภาคม 2565)

ภูริ ชุณห์ขจร และ ชวลีย์ ณ ถลาง. (2564). องค์ประกอบการท่องเที่ยวเชิงอาหารและส่วนประสมทางการตลาดบริการของนักท่องเที่ยวชาวไทยในการท่องเที่ยวเชิงอาหารชายฝั่งทะเลตะวันตก. วารสารวิทยาลัยดุสิตธานี, ปีที่ 15, ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2564. หน้า 66 – 82

เสาร์ รักดี, ผู้ประกอบการบ้านพักริมธาร (การสื่อสารส่วนบุคคล, 15 พฤษภาคม 2565)

Henderson, J.C. (2009). Food tourism reviewed. British Food Journal. 111 (4), 317–326.