

การศึกษาส่วนผสมน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพของโรงแรมอมารี หัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

A Study of Healthy Carrot Salad Dressing at Amari Hua Hin Hotel Prachuap Khiri Khan Province

แหวดาว จงกลณี และ วิภาดา กองอัน
Waewdao Jhongkolnee and Wipada Kongon

คณะอุตสาหกรรมบริการโรงแรมและการท่องเที่ยว มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ 77110
Faculty of Hospitality and Tourism Industry, Rajamangala University of Technology Rattanakosin, Prachuap Khiri Khan 77110

*To whom correspondence should be addressed. e-mail: startwo.jh@gmail.com

Received: 7 June 2021, Revised: 16 August 2021, Accepted: 25 September 2021

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาสูตรน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพและเพื่อศึกษาระดับการยอมรับของพนักงานแผนกครัว และแผนกบริการอาหารและเครื่องดื่ม โรงแรมอมารี หัวหินที่มีส่วนผสมน้ำสลัดแครอทที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดยการนำแครอทเติมลงในสูตร เลมอน เดรสซิ่ง ในปริมาณที่แตกต่างกัน คือ 100 กรัม 200 กรัม และ 300 กรัม เพื่อศึกษาคุณลักษณะของผลิตภัณฑ์ในด้าน สี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัส และความชอบรวม ทำการประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัส ด้วยวิธีการให้คะแนนความชอบ 9-Point Hedonic Scale กับผู้ทดสอบชิม จำนวน 5 คน (หัวหน้าพ่อครัวใหญ่ รองหัวหน้าพ่อครัวใหญ่ และหัวหน้าพ่อครัว) และประเมินการยอมรับของพนักงานที่มีต่อผลิตภัณฑ์ จำนวน 25 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า สูตรน้ำสลัดที่เติมแครอท 200 กรัม ได้รับคะแนนความชอบมากที่สุด พนักงานยอมรับน้ำสลัดแครอท ในระดับมากที่สุด โดยด้านรสชาติ ได้รับการยอมรับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.52$) รองลงมาคือ ด้านความชอบรวม ($\bar{X} = 4.48$) ด้านเนื้อสัมผัส ($\bar{X} = 4.44$) ด้านสี ($\bar{X} = 4.32$) และด้านกลิ่น ($\bar{X} = 4.24$) ตามลำดับ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ผลิตภัณฑ์ที่พัฒนาขึ้นสามารถนำไปให้บริการลูกค้าที่บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของโรงแรมได้

คำสำคัญ : น้ำสลัด แครอท น้ำสลัดเพื่อสุขภาพ อาหารเพื่อสุขภาพ

Abstract

This study aimed to develop healthy carrot salad dressing recipe and to examine levels of acceptance for healthy salad dressing developed by staff in Kitchen and Food and Beverage Department at Amari Hua Hin Hotel. The experiment recipes were developed by mixing 100 g, 200 g, or 300 g of carrot into lemon salad dressing to investigate developed product attributes, i.e. color, odor, taste, texture, and overall preference. Preferences for the products were rated on the 9-Point Hedonic Scale by 5 panelists (Executive chef, Sous chef and chef de parte) using their sensory organs. An assessment of product acceptance was also conducted with 25 staffs. Descriptive statistics, percentage; mean; and standard deviation, were used to analyze the data. The study indicated that the experiment on carrot salad dressing recipe that mixed 200 g of carrot into lemon salad dressing received the highest level of preference. Additionally, the results revealed that the staff expressed extremely high acceptance for the experimental salad dressing recipes, especially for its taste ($\bar{X} = 4.52$) followed by overall preference ($\bar{X} = 4.48$), texture ($\bar{X} = 4.44$), color ($\bar{X} = 4.32$), and odor ($\bar{X} = 4.24$) respectively. The study implied that the developed products could provide service for customers who prefer having healthy food at the hotel.

Keywords : Salad Dressing, Carrot Healthy Salad Dressing, Healthy Foods

บทนำ

โรงแรมอมารี หัวหิน เป็นโรงแรมที่มีมาตรฐานสากลระดับ 4 ดาว เปิดให้บริการครั้งแรกเมื่อวันที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2555 ตั้งอยู่ติดกับชายหาดเขาตะเกียบ ให้บริการห้องพักตกแต่งแบบร่วมสมัย มีห้องพักรีสไทม์เดอริง รวม 223 ห้อง แบ่งเป็นห้องพัก

ประเภทต่าง ๆ เช่น ห้องดีลักซ์ ห้องสวีทที่มีห้องโถง พร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย รวมทั้งห้องอาหารหลากหลายรูปแบบไว้บริการ ได้แก่ ห้องอาหารไทยรีฟ (Thai Reef) บริการอาหารไทยต้นตำรับ ห้องอาหาร ซอร์ไลน์ บีช คลับ (Shoreline Beach Club) บริการอาหารเมนูปิ้งย่าง เมนูบาร์บีคิว อาหารทะเลสด และอาหารไทย คอรัล เลาจน์ (Coral Lounge) บริการอาหารยุโรป อาหารไทย Afternoon Tea และเครื่องดื่มชา กาแฟ อควา พูลบาร์ (Aqua Pool Bar) บริการทั้งอาหารนานาชาติ และอาหารท้องถิ่นรวมถึงอาหารไทยสตรีทฟู้ด สะเต๊ะ และเครื่องดื่ม และห้องอาหารโมเสก (Mosaic) ให้บริการอาหารเช้า (Buffet Breakfast) บริการอาหารยุโรป อาหารไทย สลัดและน้ำสลัด ขนมปัง ขนมหวาน และเครื่องดื่มประเภทต่าง ๆ [9] จากการศึกษาการทำสลัดของห้องอาหารโมเสก (Mosaic) ของโรงแรมอมารี หัวหิน จะนิยมใช้แครอทเป็นผักหลักโดยชุดเป็นเส้นสำหรับให้บริการอาหารเช้าทุกวันทำให้มีแครอทส่วนหัวและท้ายที่เหลือใช้เป็นประมาณ 5-10 กิโลกรัมต่อสัปดาห์ โดยที่โรงแรมไม่ได้นำไปใช้ประโยชน์แต่อย่างใด ทั้งๆที่แครอทมีประโยชน์ต่อสุขภาพมาก เพราะเป็นผักที่มีวิตามินและแร่ธาตุหลายชนิด ทั้งวิตามินเอ วิตามิน บี1 วิตามิน บี 2 วิตามิน ซี แคลเซียม ฟอสฟอรัส ธาตุเหล็ก รวมทั้งสารฟอลคารินอล (falcarinol) ซึ่งช่วยต่อต้านเซลล์มะเร็ง นอกจากนี้แครอทยังมีสรรพคุณในการบำรุงผิวพรรณ ชะลอวัย ลดริ้วรอย ลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยบำรุงสายตาและสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้ร่างกายได้อีกด้วย [8]

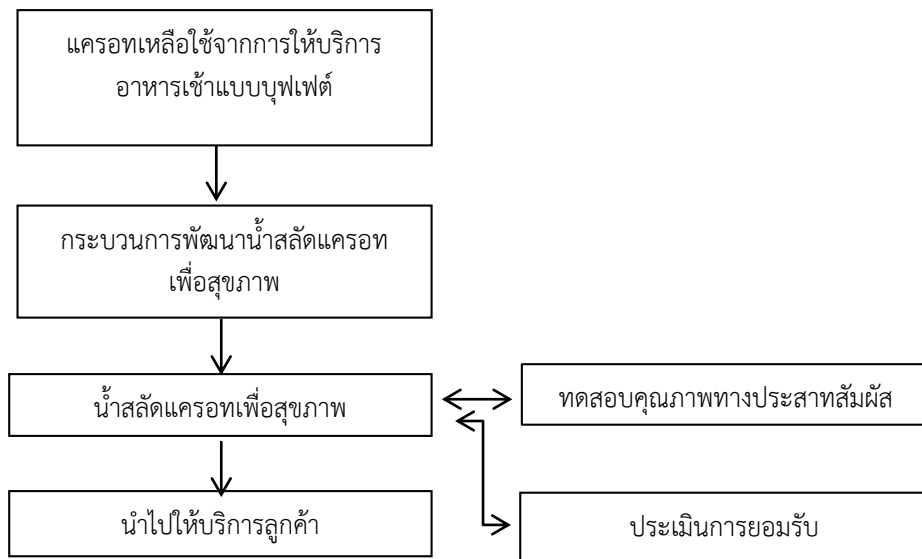
ปัจจุบันมีเศษอาหารถูกทิ้งเป็นขยะอาหาร (Food Waste) จำนวนมาก โดยในแต่ละปีมีปริมาณ 1,800 ตัน จากข้อมูลของกรมควบคุมมลพิษ พบว่า ในปี พ.ศ. 2560 ขยะในประเทศไทย ร้อยละ 64 หรือประมาณ 17.6 ล้าน เป็นขยะอินทรีย์ ซึ่งหมายถึงคนไทยสร้างขยะอาหารเฉลี่ยปีละ 254 กิโลกรัมต่อคน [3] ดังนั้นการลดขยะอินทรีย์หรือขยะอาหารจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในปัจจุบัน ซึ่งแนวทางหนึ่งในการลดขยะอาหารหรือขยะอินทรีย์คือการประกอบอาหารโดยไม่สร้างขยะ (Zero-waste cooking) โดยใช้เศษอาหาร พืชผักส่วนที่เหลือมาสร้างเป็นอาหารจานใหม่ ซึ่งสมาคมร้านอาหารแห่งชาติ (National Restaurant Association) ในสหรัฐอเมริกาได้รายงานไว้ว่า ในปี พ.ศ. 2562 แนวโน้มความนิยมในการประกอบอาหารโดยไม่สร้างขยะเป็นแนวโน้มความนิยมที่กำลังมาแรงอันดับ 3 รองจากเครื่องดื่มและอาหารผสมกัญชา [13] การนำอาหารที่เหลือใช้มาสร้างสรรค์เมนูใหม่ จึงเป็นแนวทางที่น่าสนใจที่โรงแรมจะนำไปใช้เพื่อลดขยะอาหารภายในโรงแรม ดังนั้นผู้วิจัยจึงเล็งเห็นถึงความสำคัญของการลดปริมาณขยะอินทรีย์ในการนำแครอทที่เหลือใช้เหล่านี้ไปเพิ่มรสชาติ ลักษณะ และสีให้กับน้ำสลัดชนิดน้ำใส เพราะปัจจุบันน้ำสลัดที่มีบริการในห้องอาหารเข้ามามีเพียง 5 ชนิด เท่านั้น หากมีน้ำสลัดชนิดใหม่ที่ได้จากแครอทจะเป็นการเพิ่มความหลากหลายและทางเลือกให้แก่ลูกค้าได้มากขึ้น รวมทั้งเป็นการใช้แครอทให้เกิดประโยชน์ได้อย่างคุ้มค่าและสามารถลดขยะอินทรีย์ได้อีกทางหนึ่งด้วย



รูปที่ 1 แครอทเหลือใช้
(ภาพถ่ายโดยผู้วิจัย)

กรอบแนวคิดการวิจัย

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังรูปที่ 2



รูปที่ 2 กรอบแนวคิดการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัย

ในการทำน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ ใช้สูตร น้ำสลัดเลมอน (Lemon Dressing) ของแผนกครัวเย็น โรงแรมอมารี หัวหิน เป็นสูตรมาตรฐาน ประกอบด้วย น้ำมันมะกอก 300 กรัม น้ำเลมอน 60 กรัม น้ำผึ้ง 30 กรัม มัสตาร์ด 5 กรัม เกลือ พริกไทย เล็กน้อย และนำมาปรับสัดส่วนโดยการลดปริมาณของน้ำมันลง เหลือ 250 กรัมและน้ำผึ้ง เหลือ 15 กรัม เปลี่ยนน้ำเลมอนเป็นน้ำ มะนาว 30 กรัม แล้วเติมแครอทต้มสุก ในปริมาณที่แตกต่างกันคือ 100 กรัม 200 กรัม และ 300 กรัมต่อสูตร

ขั้นตอนการทำน้ำสลัดเสริมแครอท

1. นำเศษแครอทไปหั่นเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมลูกเต๋า แล้วต้มในน้ำเดือดจนสุกนิ่ม พักไว้ให้เย็น แล้วนำไปปั่นจนละเอียด ด้วยความเร็วระดับ 2-3 ประมาณ 1 นาที พักไว้

2. ตีน้ำสลัด โดยเริ่มจากใส่มัสตาร์ด น้ำผึ้ง ใช้ตะกร้อมือตีให้เข้ากัน ใส่น้ำมันมะนาวครึ่งละ 1 ช้อนชา ตีให้เข้ากัน ด้วยความเร็วสม่ำเสมอ ใส่น้ำมันมะกอกครึ่งละ 1 ช้อนชา ตีให้เข้ากันสลับกับน้ำมันมะนาว ใส่น้ำสลัดที่ปั่นไว้ครึ่งละ 1 ช้อนชา ตีให้เข้ากันจนหมด ปรงรสด้วยเกลือและพริกไทย นำไปให้ผู้ทดสอบชิม

การประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสน้ำสลัดเสริมแครอท

การเลือกผู้ทดสอบ โดยพิจารณาจากความรู้ ประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญในการประกอบอาหาร จำนวน 5 คน ประกอบด้วย Executive chef จำนวน 1 คน Sous chef 1 คน และ Chef de parte จำนวน 3 คน ทำการทดสอบชิม จำนวน 3 ครั้ง โดยแต่ละครั้ง มีระยะเวลาห่างกัน 3 สัปดาห์ และชิมเวลาเดียวกันทั้ง 3 ครั้ง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบประเมินคุณภาพอาหารทางประสาทสัมผัส เพื่อประเมินคุณภาพของน้ำสลัดที่ผ่านการทดลองสูตรแล้ว 5 คุณลักษณะซึ่งประกอบด้วย สี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัสและความชอบรวมของผู้ประเมินที่มีต่อผลิตภัณฑ์ โดยใช้วิธีการให้คะแนน ความชอบ 1 ถึง 9 (9-point hedonic scale) [4]

2. แบบสอบถามการยอมรับน้ำสลัด เสริมแครอทประกอบด้วยข้อมูล 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลพื้นฐานทั่วไป ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา และรายได้ต่อเดือน จำนวน 4 ข้อ ส่วนที่ 2 ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับการยอมรับต่อ ผลิตภัณฑ์ ทั้ง 5 ลักษณะ ได้แก่ สี กลิ่น รสชาติ เนื้อสัมผัสและความชอบรวม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนกรกฎาคม 2563 ถึงเดือน กุมภาพันธ์ 2564 จากการทบทวนเอกสาร ตำราวิชาการ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. การประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัสกับผู้ประเมินที่ประกอบด้วย Executive chef, Sous chef, chef de Parte ของโรงแรมมารี หัวหิน จำนวน 5 คน เพื่อประเมินคุณภาพของผลิตภัณฑ์ที่ผ่านการทดลองสูตรแล้ว ทั้ง 5 ด้าน ของผู้ประเมินที่มีต่อผลิตภัณฑ์ โดยใช้วิธีการให้คะแนนความชอบ 1 ถึง 9 (9-point hedonic scale) [5] ณ โรงแรมมารี หัวหิน อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์โดยมีเกณฑ์ในการพิจารณา คือ

- 1 เท่ากับ ไม่ชอบมากที่สุด
- 2 เท่ากับ ไม่ชอบมาก
- 3 เท่ากับ ไม่ชอบปานกลาง
- 4 เท่ากับ ไม่ชอบน้อย
- 5 เท่ากับ เฉย ๆ
- 6 เท่ากับ ชอบน้อย
- 7 เท่ากับ ชอบปานกลาง
- 8 เท่ากับ ชอบมาก
- 9 เท่ากับ ชอบมากที่สุด

2. การประเมินการยอมรับน้ำสลัดเพื่อสุขภาพจากแครอท โดยพนักงานโรงแรม 25 คน โดยใช้แบบสอบถามในส่วนข้อมูลการยอมรับใช้เกณฑ์มาตราส่วนประมาณค่า (rating scales) ตามวิธีการลิเคิร์ต (Likert) [10] โดยกำหนดมาตราส่วนไว้ 5 ระดับ คือ

- 5 หมายถึง ยอมรับมากที่สุด
- 4 หมายถึง ยอมรับมาก
- 3 หมายถึง ยอมรับปานกลาง
- 2 หมายถึง ยอมรับน้อย
- 1 หมายถึง ยอมรับน้อยที่สุด

จากนั้นทำการแปลผลค่าเฉลี่ยโดยใช้เกณฑ์การวัดระดับการยอมรับผลิตภัณฑ์ ตามเกณฑ์ [2] ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.21-5.00 หมายถึง ระดับการยอมรับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.41-4.20 หมายถึง ระดับการยอมรับมาก

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.61-3.40 หมายถึง ระดับการยอมรับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.81-2.60 หมายถึง ระดับการยอมรับน้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00-1.80 หมายถึง ระดับการยอมรับน้อยที่สุด

และนำผลการประเมินมาวิเคราะห์

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การพัฒนาน้ำสลัดเพื่อสุขภาพจากแครอท ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลการประเมินคุณภาพทางด้านประสาทสัมผัสของผลิตภัณฑ์แต่ละด้าน โดยวิเคราะห์ด้วยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. การยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาน้ำสลัดเพื่อสุขภาพจากแครอท ทั้ง 3 สูตร พบว่า น้ำสลัดสูตร 1 (แครอท 100 กรัม) ค่อนข้างเหลว สูตร 3 (แครอท 300 กรัม)ข้นมากเกินไป ส่วนสูตร 2 (แครอท 200 กรัม) ได้น้ำสลัดที่ข้นพอดี และเมื่อนำไปประเมินคุณภาพทางประสาทสัมผัส พบว่า น้ำสลัด สูตร 2 มีคะแนนความชอบรวมมากกว่า 7 ทุกคุณลักษณะที่ทดสอบ ดังรายละเอียดแสดงในตารางที่ 1



รูปที่ 3 น้ำสลัดเพื่อสุขภาพจากแครอท
(ภาพถ่ายโดยผู้วิจัย)

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการทดสอบคุณภาพทางประสาทสัมผัส

คุณลักษณะ	สูตร 1		สูตร 2		สูตร 3	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
ด้านสี	6.76	0.97	8.16	0.94	6.64	0.64
ด้านกลิ่น	6.36	1.32	7.92	0.65	6.76	0.83
ด้านรสชาติ	6.76	1.37	8.68	0.73	6.56	1.16
ด้านเนื้อสัมผัส	6.48	1.36	8.44	0.81	6.36	0.15
ด้านความชอบรวม	6.48	1.36	8.28	0.93	6.40	0.12

จากตารางที่ 1 แสดงให้เห็นว่าผู้ประเมินให้การยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ สูตร 2 มากที่สุด ($\bar{X} = 7.92$ - $\bar{X} = 8.68$) โดยคุณลักษณะด้านรสชาติ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 8.68$) รองลงมาคือด้านเนื้อสัมผัส ($\bar{X} = 8.44$) ด้านความชอบรวม ($\bar{X} = 8.28$) ด้านสี ($\bar{X} = 8.16$) และด้านกลิ่น มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด ($\bar{X} = 7.92$) ตามลำดับ ผู้วิจัยจึงนำน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพสูตร 2 ที่ประกอบด้วย น้ำมันมะกอก ร้อยละ 50.20 แครอท ร้อยละ 40.16 น้ำมันงา ร้อยละ 6.02 น้ำผึ้ง ร้อยละ 3.01 และมัสตาร์ด ร้อยละ 0.60 ไปทดสอบการยอมรับของพนักงานต่อไป

2. ผลการประเมินการยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ ของพนักงานโรงแรมมารี หัวหิน พบว่าพนักงานเป็นเพศชายและเพศหญิงจำนวนใกล้เคียงกัน คิดเป็นร้อยละ 52 และร้อยละ 48 มีอายุระหว่าง 31-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 48 ส่วนใหญ่จบการศึกษา ระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 72 มีรายได้ระหว่าง 10,000-15,000 บาทต่อเดือน คิดเป็นร้อยละ 40 ให้การยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ

คุณลักษณะ	\bar{X}	S.D.	ระดับการยอมรับ
ด้านสี	4.32	0.63	มากที่สุด
ด้านกลิ่น	4.24	0.66	มากที่สุด
ด้านรสชาติ	4.52	0.58	มากที่สุด
ด้านเนื้อสัมผัส	4.44	0.58	มากที่สุด
ด้านความชอบรวม	4.48	0.65	มากที่สุด

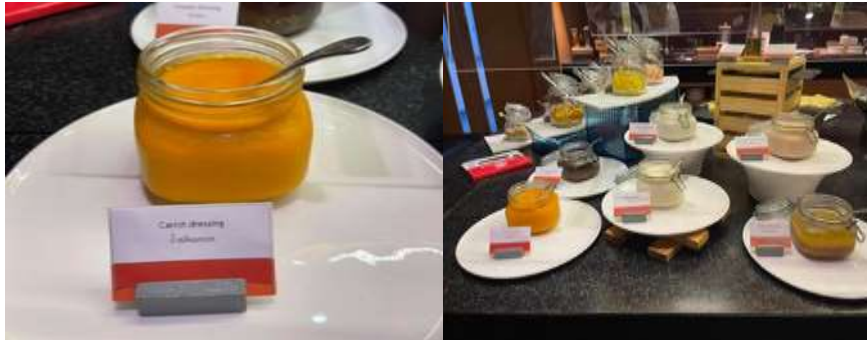
จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่า ภาพรวมของพนักงานมีการยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพอยู่ในระดับมากที่สุดทุกคุณลักษณะ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านรสชาติ ได้รับการยอมรับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.52$) รองลงมาคือ ด้านความชอบรวม ($\bar{X} = 4.48$) ด้านเนื้อสัมผัส ($\bar{X} = 4.44$) ด้านสี ($\bar{X} = 4.32$) และด้านกลิ่น ($\bar{X} = 4.24$) ตามลำดับ

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาการพัฒนาสูตรน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ พบว่า น้ำสลัดที่ทดลองทั้ง 3 สูตร เมื่อนำไปทดสอบคุณภาพทางประสาทสัมผัส พบว่าน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ สูตร 2 ที่ประกอบด้วย น้ำมันมะกอก ร้อยละ 50.20 แครอท ร้อยละ 40.16 น้ำมันงา ร้อยละ 6.02 น้ำผึ้ง ร้อยละ 3.01 และ มัสตาร์ด ร้อยละ 0.60 ได้รับการยอมรับจากผู้ทดสอบชิมมากที่สุด แสดงให้เห็นว่าการเติมแครอทลงไปในส่วนผสมทำให้น้ำสลัดมีรสชาติดี สีสวย และมีลักษณะข้น สอดคล้องกับศึกษาการผลิตผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพจากน้ำมันงาโดยใช้ไขมันงาคุดเป็นส่วนประกอบของสุกามา กลิ่นขจร และคณะ [12] ที่พบว่าผู้บริโภคให้การยอมรับน้ำสลัดที่มีปริมาณน้ำมันงาคุด ร้อยละ 35 โดยน้ำหนัก ในขณะที่การศึกษาของ กัญญา บำรุงศิริ และคณะ [1] ศึกษาการพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำสลัดเสริมเยื่อแก้วมังกรเพื่อสุขภาพ พบว่า น้ำสลัดที่เสริมเยื่อแก้วมังกรร้อยละ 20 ได้รับการยอมรับจากผู้บริโภคมากที่สุด และการศึกษาของเพ็ญศิริ คงสิทธิ์ [7] ที่ศึกษาการผลิตน้ำสลัดชนิดข้นผสม พักข้าว พบว่าสูตรที่เหมาะสมประกอบไปด้วย น้ำมันพืช ร้อยละ 51.81 น้ำตาลทราย ร้อยละ 21.17 น้ำส้มสายชู ร้อยละ 14.89 ไข่แดง ร้อยละ 10.91 มัสตาร์ด ร้อยละ 0.82 พริกไทยป่น 0.12 เกลือ 0.28 และปริมาณพักข้าวที่เหมาะสมในการทำน้ำสลัดชนิดข้นผสมพักข้าว คือ ร้อยละ 3 ส่วนบุศรภาภา ลีละวัฒน์ และไตรรัตน์ แก้วสะอาด [4] ศึกษาการพัฒนาสูตรน้ำสลัดไขมันต่ำเสริมแป้งข้าวเจ้า พบว่า น้ำสลัดไขมันต่ำเสริมแป้งข้าวเจ้าที่ได้รับการยอมรับทางประสาทสัมผัสมากที่สุด สามารถเตรียมได้จากอัตราส่วนของน้ำมันรำข้าว ร้อยละ 25.95 แป้งข้าวเจ้า ร้อยละ 5.78 และแชนแทนกัมร้อยละ 0.50 โดยน้ำหนัก

สำหรับผลการศึกษาการยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ พบว่าพนักงานให้การยอมรับน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพในระดับมากที่สุดทุกคุณลักษณะ โดยด้านรสชาติ ได้รับการยอมรับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.52$) รองลงมาคือ ด้านความชอบรวม ($\bar{X} = 4.48$)

ด้านเนื้อสัมผัส ($\bar{X} = 4.44$) ด้านสี ($\bar{X} = 4.32$) และด้านกลิ่น ($\bar{X} = 4.24$) ตามลำดับ สอดคล้องกับ วรพรรณ ฉิ่งเล็ก [11] ที่ศึกษาการทำน้ำสลัดจากเสาวรสเหลือใช้ พบว่า พนักงานโรงแรมให้การยอมรับ น้ำสลัดจากเสาวรส ด้านรสชาติ และความชอบรวมระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.31- 4.42$) ด้านลักษณะ และสี ให้การยอมรับระดับมาก ($\bar{X} = 4.00- 4.05$) ส่วนด้านกลิ่นให้การยอมรับระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.36$) ดังนั้นจึงนำน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพไปให้บริการลูกค้าที่มาใช้บริการที่โรงแรมอมารี หัวหิน เพื่อเพิ่มทางเลือกการรับประทานน้ำสลัดเพื่อสุขภาพให้กับลูกค้าได้ ทั้งนี้เนื่องจากเป็นน้ำสลัดเพื่อสุขภาพเพราะมีส่วนผสมของน้ำมันมะกอกซึ่งมีประโยชน์ในการช่วยลดระดับไขมันเลวในร่างกาย ซึ่งอาจช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรคจากระดับไขมันในเลือดสูงเช่น โรคหัวใจ นอกจากนี้ยังช่วยลดน้ำหนัก ลดความดันโลหิตสูง และมีสารต้านอนุมูลอิสระอีกด้วย [6] และแครอทยังเป็นผักที่มีวิตามินและแร่ธาตุที่มีประโยชน์ต่อร่างกายมาก เช่น วิตามินเอ วิตามินบี 1 บี 2 วิตามินซี แคลเซียม ฟอสฟอรัส รวมทั้งสารพอลาคารินอล ซึ่งช่วยต่อต้านเซลล์มะเร็ง นอกจากนี้ยังมีสรรพคุณในการบำรุงผิวพรรณ ชะลอวัย ลดริ้วรอย และสร้างภูมิคุ้มกันโรคให้ร่างกายได้อีกด้วย [8]



รูปที่ 4 การให้บริการน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ โรงแรมอมารี หัวหิน
(ภาพถ่ายโดยผู้วิจัย)

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลงานวิจัยไปใช้ประโยชน์
 - 1.1 สามารถนำน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพไปให้บริการลูกค้า
 - 1.2 สามารถนำสูตรไปถ่ายทอดเทคโนโลยีให้กับกลุ่มคนที่สนใจในการทำน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพเพื่อเพิ่มคุณค่าทางโภชนาการให้กับผลิตภัณฑ์
2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป
 - 2.1 ควรมีการศึกษาอายุการเก็บของน้ำสลัดแครอทเพื่อสุขภาพ
 - 2.2 ควรมีการศึกษาการนำผัก ผลไม้ เหลือใช้ไปพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพชนิดอื่น ๆ

เอกสารอ้างอิง

- [1] กัญญา บำรุงศิริ และคณะ. การพัฒนาผลิตภัณฑ์น้ำสลัดเสริมเยื่อแก้วมังกรเพื่อสุขภาพ.(รายงานการวิจัย) กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม; 2559.
- [2] กัลยา วานิชย์บัญชา.สถิติสำหรับงานวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. ภาควิชาสถิติ คณิตศาสตร์และการบัญชี. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2549.
- [3] ไทยรัฐออนไลน์. Zero Food Waste Kitchen: ชยะเป็น ‘ศูนย์’ ง่ายๆ เริ่มได้ในครัว. [อินเทอร์เน็ต]. กรุงเทพฯ [เข้าถึงเมื่อ 13 กุมภาพันธ์ 2564]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.thairath.co.th/lifestyle/life/2093497>.
- [4] บุศราภา ลิละวัฒน์ และไตรรัตน์ แก้วสะอาด. การพัฒนาน้ำสลัดไขมันต่ำเสริมแป้งข้าวเจ้า. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 2561; 28 : 775-789.
- [5] ปราณิ อานเป็รื่อง. หลักการวิเคราะห์อาหารด้วยประสาทสัมผัส.พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย; 2557.
- [6] พบแพทย์. น้ำมันมะกอกมีประโยชน์จริงหรือ?. [เข้าถึงเมื่อ 30 สิงหาคม 2564]. เข้าถึงได้จาก: <https://www.pobpad.com>
- [7] เพ็ญศิริ คงสิทธิ์. ปริมาณผักข้าวที่เหมาะสมในการทำน้ำสลัดชนิดข้น. วารสารเกษตร 2560; 33 : 153 – 161.
- [8] เมดไทย. แครอท สรรพคุณและประโยชน์ของแครอท 25 ข้อ ! (Carrot) .?. [เข้าถึงเมื่อ 30 สิงหาคม 2564]. เข้าถึงได้จาก: <https://medthai.com>
- [9] โรงแรมอมารี หัวหิน. ข้อมูลโรงแรม. [อินเทอร์เน็ต]. [เข้าถึงเมื่อ 13 กุมภาพันธ์ 2564]. เข้าถึงได้จาก: <https://th.amari.com/huahin>.
- [10] ละเอียด ศิลาน้อย และ กันทิมาลย์ จินดาประเสริฐ. การใช้มาตรการประเมินค่าในการศึกษาวิจัยทางสังคมศาสตร์ มนุษยศาสตร์ การโรงแรมและการท่องเที่ยว.วารสารบริหารศาสตร์ มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี 2562; 8:112-126.

- [11] วรพรรณ ฉิ่งเล็ก. น้ำสลัดจากเสาวรสเหลือใช้. คณะอุตสาหกรรมการโรงแรมและการท่องเที่ยว (รายงานการวิจัย). กระจับปี่: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์; 2563.
- [12] ศุภมาศ กลิ่นขจร และคณะ. การผลิตผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพจากน้ำมันงาคุด. วารสารวิชาการเกษตร 2558; 33: 190-204.
- [13] ศูนย์ข้อมูลข่าวสารอาเซียน. 10 เทรนด์ อาหารมาแรงในสหรัฐ ปี 2562. [เข้าถึงเมื่อ 13 กุมภาพันธ์ 2564]. เข้าถึงได้จาก: http://www.asean thai.net/mobile_detail.php?cid=4&nid=9032.