

“อาหารไทย” คือตำหรับอาหารที่ผ่านการสั่งสม และถ่ายทอดภูมิปัญญามาอย่างต่อเนื่องยาวนาน ตั้งแต่อดีต จนกลายมาเป็น **“เอกลักษณ์ประจำชาติ”** เป็นอีกหนึ่งวัฒนธรรมที่สำคัญยิ่งของประเทศไทย



กินอย่างไทย ให้ไร้โรค



อาหารไทยเป็นอาหารที่ได้รับความนิยมในกว่า 93 ประเทศทั่วโลก และติด 1 ใน 5 อาหารยอดนิยมของโลก ร่วมกับอาหารจาก ฝรั่งเศส อิตาลี ญี่ปุ่น และจีนเห็นได้จาก จำนวนร้านอาหารไทยที่กระจายอยู่มากกว่า 20,000 แห่งทั่วโลก **ที่สร้างมูลค่าทางเศรษฐกิจมากกว่า 120,000 ล้านบาท¹**

อะไรคือจุดเด่นที่ทำให้อาหารไทยได้รับความนิยมเช่นนี้

นอกเหนือจากความอร่อยก็คือ **“คุณประโยชน์ต่อสุขภาพของวัตถุดิบที่นำมาปรุงอาหาร”** ซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของอาหารไทย จนมีคำกล่าวที่ว่า **“อาหารไทยคืออาหารสุขภาพ”**

ที่สามารถตอบสนองต่อพฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์ในยุคที่มีโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุวิถีการดำเนินชีวิตที่ความเร่งรีบและต้องการความสะดวกสบาย **ให้หันมาใส่ใจในเรื่องสุขภาพและโภชนาการมากขึ้น**

แล้วอาหารไทยมีจุดเริ่มต้นมาจากจุดไหน?

¹ บทสัมภาษณ์ นายวรวิจน์ เอื้ออภิญญกุล รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีงานเปิดตัว “ศูนย์รสชาติอาหารไทย (Thai delicious)” 27 มีนาคม 2556