



หน้า 20



น้ำสมุนไพรมะแม่มะเฒ่า

ไทรรัตน์ สุนทรประภัสสร

เฒ่า, มะเฒ่า, หมากเฒ่า หรือเฒ่าหลวง เป็นไม้ผลชนิดหนึ่ง (ที่มีหลายชื่อเพราะเรียกตามภาษาท้องถิ่นที่พบ) มีถิ่นกำเนิดอยู่ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบมากในป่าโปร่ง เป็นไม้ผลขนาดกลาง ออกผลลักษณะเป็นพวง เหมือนพริกไทยอ่อน เมื่อผลอ่อนมีสีเขียว แต่เมื่อผลสุกจะเป็นสีแดงถึงม่วง ฤดูกาลที่ออกผลได้ดีคือ ช่วงต้นเดือนกันยายนถึงปลายเดือนตุลาคม

สถาบันวิจัยและฝึกอบรมการเกษตรสกลนคร ได้เคยทำการศึกษาและพัฒนา พบว่า ผลมะเฒ่าสุกมีความเหมาะสมในการแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารได้หลากหลายชนิด เช่น น้ำผลไม้พร้อมดื่ม น้ำผลไม้เข้มข้น แยม และไวน์แดง โดยเฉพาะไวน์แดงที่ได้จากผลมะเฒ่านั้นจะมีรสชาติที่ละเอียด น้ำไวน์สีแดงสดใสมาก สามารถนำมาพัฒนาในเชิงเศรษฐกิจได้

นอกจากนี้ทางโครงการสวนพระองค์ได้มอบหมายให้ กองวิทยาศาสตร์ชีวภาพ กรมวิทยาศาสตร์บริการ ได้วิเคราะห์ถึงคุณค่าทางโภชนาการของผลมะเฒ่าสุก พบว่ามีสารอาหารและแร่ธาตุที่จำเป็นต่อร่างกายของมนุษย์หลายชนิดด้วยกัน เช่น โปรตีน ไขมัน คาร์โบไฮเดรต แคลเซียม เหล็ก วิตามินบี 1, บี 2 และวิตามินอี ที่สำคัญมีกรดอะมิโนมากถึง 18 ชนิด

สำหรับสรรพคุณทางสมุนไพรในท้องถิ่นนำผลมะเฒ่าสุกมารับประทานเป็นยาอายุวัฒนะ เป็นยาระบาย และผลมะเฒ่าสุกยังช่วยบำรุงสายตาได้ดีอีกด้วย

นายพิภพ เอื้อวานิช ประธานกลุ่มเกษตรกรที่สูง อ.สังขละ จ.กาญจนบุรี (45/1 หมู่ 2 ต.หนองสูง อ.สังขละ จ.กาญจนบุรี) เป็นเกษตรกรรายหนึ่งที่ได้นำผลมะเฒ่ามาแปรรูปเป็น “น้ำผลไม้สกัดสมุนไพรได้อย่างประสบความสำเร็จ สามารถสร้างรายได้เสริมให้กับครอบครัวได้มากถึงเดือนละ 5,000 บาท

จากคำให้สัมภาษณ์ของนายพิภพทำให้เราทราบว่า จังหวัดกาญจนบุรีมีต้น “มะเฒ่า” เกิดขึ้นในป่าเป็นจำนวนมาก เดิมทีชาวบ้านไม่ได้ให้ความสนใจ แคมยังทำลายทิ้งเสียเป็นส่วนใหญ่ แต่หลังจากที่มีข่าวออกมาว่า “มะเฒ่า” มีสรรพคุณทางสมุนไพรและมีคุณค่าทางอาหารมากมาย จึงได้เริ่มหันมาสนใจ และเข้าป่าเพื่อเก็บผลมะเฒ่าออกมาขายเพื่อสร้างรายได้กันมากขึ้น โดยขายประมาณกิโลกรัมละ 10-12 บาท

และเมื่อประมาณปี 2541 นายพิภพบอกว่า ได้เข้ารับฝึกอบรมในโครงการเกษตรทฤษฎีใหม่ ซึ่งในโครงการนั้นมีการสอนแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรโดยวิธีการต่าง ๆ ให้ด้วย ตนจึงได้ทดลองนำ “มะเฒ่า” ซึ่งเป็นวัตถุดิบที่มีอยู่ในท้องถิ่นอยู่แล้ว มาทำน้ำผลไม้สกัดสมุนไพร โดยใช้วิธีการหมักน้ำตาล ผลปรากฏว่าได้น้ำมะเฒ่าที่มีสีแดงเข้ม รสชาติอมเปรี้ยวอมหวาน มีกลิ่นหอมเฉพาะตัว ผู้ที่มาทดลองชิมส่วนใหญ่ ชมว่ากลิ่นและรสชาติคล้าย “ไวน์” จึงเป็นที่ถูกอกถูกใจของนักดื่มทั้งหลายเป็นอย่างมาก

ส่วนสูตรหรือขั้นตอนการทำน้ำมะเฒ่าสกัดสมุนไพรเพื่อบำรุงสุขภาพนั้น นายพิภพบอกว่า ไม่มีอะไรยุ่งยาก เพียงแต่นำผลมะเฒ่าสุกมาหมักกับน้ำตาลทรายโดยไม่ต้องผสมน้ำ หมักทิ้งไว้ประมาณ 2 สัปดาห์ จากนั้นก็นำมากรองเอากากออกให้เหลือแต่น้ำ สามารถดื่มได้ทันที หรือจะนำมาผสมกับน้ำแข็งแล้วค่อยดื่ม จะยิ่งทำให้ชื่นใจมากยิ่งขึ้น

สำหรับอาจารย์ในมหาวิทยาลัยเกษตรและทางกระทรวงเกษตรฯ ก็ได้ให้ความสนใจส่งเสริมให้เกษตรกรทำกรรมวิธีแปรรูปผลไม้ต่าง ๆ ในระดับพื้นที่

สามารถเก็บรักษาไว้ได้นานเป็นปี โดยที่ไม่ต้องแช่เย็น และหากเปิดรับประทานไม่หมดตั้งทิ้งไว้ในอุณหภูมิปกติก็ยังไมเสีย รสชาติและกลิ่นก็ยังคงเดิม ซึ่งต่างจากเครื่องดื่มประเภทไวน์ทั่วไป เพราะหากเปิดขวดแล้วดื่มไม่หมดตั้งทิ้งไว้นานเข้ารสชาติและกลิ่นก็จะเสียไป

ถือว่าเป็นวิธีการแปรรูปผลไม้ที่ง่ายที่สุด แถมยังสร้างรายได้ให้อย่างคุ้มค่า โดยนายพิภพได้กำหนดราคาขายน้ำมะเฒ่าสกัดสมุนไพรในขนาด 300 ซีซี ราคาขวดละ 60 บาท และขนาด 700 ซีซี ราคาขวดละ 120 บาท ทำออกมาขายเท่าไรก็ไม่พอขาย ลูกค้าส่วนใหญ่ที่ซื้อไปดื่มนั้นบอกว่า นอกจากจะดีใจในรสชาติแล้วยังช่วยบำรุงร่างกายได้อีกด้วย ส่วนคนที่ต้องการลดน้ำหนักก็นิยมดื่มเพราะมีสรรพคุณช่วยลดไขมันในเส้นเลือด และเป็นเหมือนยาระบายอ่อน ๆ ทำให้ท้องไม่ผูก ช่วยลดน้ำหนักได้ดีมาก ดังนั้นลูกค้าของนายพิภพจึงเป็นสุภาพสตรีเสียส่วนใหญ่

ถึงแม้ว่าการนำมะเฒ่ามาแปรรูปเพิ่มมูลค่าได้อย่างมากมายนั้น นายพิภพบอกว่า ก็ยังคงทำรายได้อยู่เพียงแก่ช่วงที่มีผลผลิตเท่านั้น เมื่อผลผลิตหมดลงหรือหมดช่วงฤดูกาลก็จะมีมะเฒ่าออกมาให้ทำกันอีกจนกว่าจะถึงปีหน้า

ดังนั้นนายพิภพจึงมีโครงการที่จะทดลองนำ



“มะเเกียง” หรือลูกหว่า มาทำเป็นน้ำผลไม้หมัก ต่อจาก “มะเฒ่า” เพราะ “มะเเกียง” เป็นผลไม้ที่มีกลิ่นหอม มีรสชาติที่ดีและจะออกผลผลิตในช่วงสงกรานต์ ซึ่งเป็นช่วงที่ “มะเฒ่า” หมดลงพอดี

นับว่าเป็นความคิดที่ดี รู้จักนำผลไม้ที่มีในฤดูกาลมาแปรรูปให้เกิดประโยชน์ ถ้าทำได้เช่นนั้นก็จะมีรายได้หมุนเวียนตลอดทั้งปี จากรายได้เสริมก็กลายเป็นรายได้หลักไปโดยปริยาย...นักวิชาการหลายรายที่ผมพบและเคยสัมภาษณ์ถึงเรื่องไวน์ต่าง ๆ ล้วนเสียดายโอกาสของคนไทยที่จะมีรายได้จากไวน์จากผลไม้หลากหลายชนิด ทั้งจะเป็นการใช้ภูมิปัญญาชาวบ้านเป็นการทดลอง ปรับปรุงคุณภาพของไวน์จากผลไม้ต่าง ๆ ถ้ากฎหมายเอื้ออำนวย

หนาวนี้ดื่ม “มะเฒ่า” ไปพลาง ๆ ก่อน ส่วนหน้าร้อนที่จะถึงนี้จะดื่ม “มะเเกียง” หรือเปล่านั้นเอาไว้ค่อยว่ากันอีกทีครับ !?!