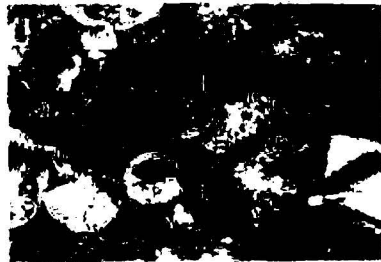


มติชน

ฉบับที่ ๑๕ ลงวันที่ 1๒ ๑๕๕ วันศุกร์ที่ 3 กุมภาพันธ์ พุทธศักราช 2555 หน้า ๖.

'ใบบัวบก' ชา..เพื่อสุขภาพ



การศึกษา สู่เศรษฐกิจ

ถึ ้พุดถึงอาการ "ซ่าใน" เรามักนึกถึง "ใบบัวบก" เพราะเป็นที่ทราบกันดีว่า ใบบัวบกมีสรรพคุณทางยามานาน ส่วนสำคัญที่มีคุณสมบัติพิเศษคือ ส่วนของใบและราก รส และสรรพคุณยาไทย จะมีกลิ่นหอม รสขมเล็กน้อย โขจรว่าแก้อ่อนเพลีย เมื่อยล้า แก้อ่อนใน แก้อึดความดันโลหิตสูง ซึ่งในปัจจุบันมีการนำไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์หลากหลายรูปแบบ

การบริโภคใบบัวบกภายในประเทศส่วนมากมักจะนำไปทานสด เป็นผักจิ้มน้ำพริก หรือคั้นน้ำ จะช่วยให้คุณผ่อนคลายจากความกังวลและความเครียดได้ เพราะในใบบัวบกประกอบด้วย วิตามินบี 1 บี 2 และบี 6 ในปริมาณสูง นอกจากนี้ ยังทำให้ร่างกายหลั่ง GABA (gamma-aminobu-

tyric acid) ซึ่งเป็นสารสื่อประสาทชนิดหนึ่งในปริมาณที่มากขึ้นด้วย

แต่เนื่องจากใบบัวบกที่ทานสดนั้นมีความขม เค็ม ทำให้รับประทานได้ยาก และมีอายุการเก็บรักษาที่น้อย ซึ่งทางเลือกอื่นในการรับประทานใบบัวบกคือ การอบด้วยลมร้อน นำไปผลิตเป็นชาใบบัวบก เพื่อให้ง่ายต่อการรับประทาน และยังคงคุณประโยชน์และสรรพคุณเหมือนเดิม

แนวคิดนี้เกิดจากนักศึกษากลุ่มหนึ่งประกอบด้วย กนกภรณ์ เกษเกตุ, สุกัญญา กระตุคนาค และ มุจลินท์ จันมณี จากภาควิชาวิศวกรรมการเกษตร คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล (มทร.) ธัญบุรี โดยมี อาจารย์พุกสา สวาทสุข เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ได้ศึกษาคุณภาพหลักๆ คุณค่า และสารอาหารของใบบัวบก สภาวะอุณหภูมิที่เหมาะสมที่ใช้ในการอบแห้งใบบัวบก เปรียบเทียบคุณสมบัติก่อนและหลังอบ โดยศึกษาจากกระบวนการอบแห้งโดยเครื่องเป่าลมแห้ง เพื่อจะได้นำเอาผลการศึกษาที่ได้ไปประยุกต์ใช้กับกระบวนการผลิตที่เหมาะสมในการผลิตผลิตภัณฑ์แปรรูปใบบัวบกแห้งเป็นใบบัวบกสำเร็จรูปสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย พร้อมรับประทาน

เจ้าของผลงานเล่าว่า ในการทดลองใช้เครื่องเป่าลมแห้งอบแห้งที่อุณหภูมิ 75, 90 และ 105 องศาเซลเซียส ที่ 3 ระดับความเร็วลมคือ 6.53 m/s, 8.43 m/s และ 8.80 m/s ภายในระยะเวลาการอบ 75 นาที เพื่อนำมาเปรียบเทียบสมบัติทางกายภาพ และประสาทสัมผัสของน้ำใบบัวบกสด และชาใบบัวบกที่ได้จากการอบแห้งที่ปริมาณความชื้นน้อยกว่า 10% พบว่าอุณหภูมิ และเวลาที่ใช้ในการอบมีผลกระทบต่ออัตราการทำแห้ง และส่งผลกระทบต่อการเปลี่ยนแปลงของค่าสี ในขณะที่ความเร็วลมไม่ส่งผลกระทบต่อค่าดังกล่าวมากนัก

ในการทดสอบทางประสาทสัมผัสนั้น เลือกใช้ใบบัวบกที่อบแห้งที่ทุกอุณหภูมิ ทุกระดับความเร็วลมที่เวลา 45 นาที เปรียบเทียบกับน้ำใบบัวบกสด พบว่า ที่ความเร็วลม 8.43 m/s อุณหภูมิ 75 องศาเซลเซียส มีสีที่สวยกว่า รสชาติที่ดีกว่า และมีกลิ่นหอมมากกว่าน้ำใบบัวบกสด และชาใบบัวบกที่อบด้วยอุณหภูมิ และความเร็วลมอื่นๆ