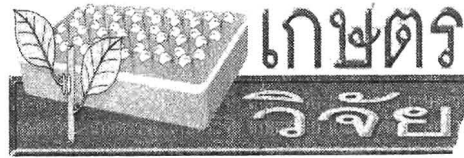


# เดลินิวส์

ฉบับที่ 18,540 วันจันทร์ที่ 17 กรกฎาคม พ.ศ. 2543

ราคา 8 บาท DAILY NEWS

หน้า 23



## มะม่วงดองไร้สารพิษ สูตรเด็ดจากนักวิจัยมาก.

กฤติยา มลาसानต์

มะม่วง ไม่ผลเศรษฐกิจที่สำคัญชนิดหนึ่งของประเทศไทย เป็นผลไม้ยอดนิยมทั้งของคนไทยและชาวต่างชาติ เพราะสามารถบริโภคได้ทั้งในรูปผลดิบ ผลสุก หรือนำไปแปรรูป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในปัจจุบันอุตสาหกรรมมะม่วงแปรรูปนับวันจะขยายตัวมากขึ้น เนื่องจากมีตลาดรองรับทั้งภายในและต่างประเทศ ซึ่งอุตสาหกรรมมะม่วงแปรรูปที่นิยมทำในประเทศไทย คือ เนื้อมะม่วงเป็นชิ้นในน้ำเชื่อมบรรจุกระป๋อง น้ำมะม่วงกระป๋อง เนื้อมะม่วงบดใส่กระป๋อง มะม่วงตากแห้งหรืออบแห้ง มะม่วงดอง มะม่วงกวน มะม่วงแช่อิ่ม หรือแช่อิ่มแล้วอบแห้ง เป็นต้น

สำหรับพันธุ์มะม่วงที่เกษตรกรต้องการจะมีลักษณะ คือ ผลขนาดใหญ่ ขายได้ทั้งรับประทานผลสดและแปรรูป ออกดอกง่าย ติดผลง่าย ผลผลิตต่อต้นสูงและสม่ำเสมอ เปลือกหนา เนื้อหนา ไม่มีเส้นใย เมล็ดบางหรือเล็ก อายุหลังเก็บเกี่ยวอยู่ได้หลายวัน ทนทานโรคและแมลงปานกลางหรือสูงไม่ร่วงหล่นเสียหายง่ายโดยลมหรือสภาพแวดล้อมอื่น ๆ

และในการแปรรูปมะม่วงนั้น “มะม่วงดอง” เป็นที่นิยมแปรรูปอย่างแพร่หลายมักจะทำโดยไม่ถูกสุขลักษณะ ประกอบกับมีการใช้ผงดองตลอดจนสารเจือปนต่าง ๆ ในปริมาณและชนิดที่ไม่เหมาะสม ทั้งนี้เพราะต้องการให้มะม่วงดองมีอายุการเก็บรักษานานโดยไม่ได้นำถึงความเสี่ยงที่จะทำให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของผู้บริโภค

นางมณฑาทิพย์ ชุ่มฉลาด นักวิจัยสถาบันค้นคว้าและพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจาก สกว. (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย) ในโครงการ “วิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์มะม่วงเพื่อเพิ่มมูลค่าและการส่งออก” เพื่อพัฒนาระบบวิธีการผลิตมะม่วงดองและพัฒนาคุณภาพของผลิตภัณฑ์ให้ดีขึ้น ยืดอายุการเก็บรักษา และมีความปลอดภัยในการบริโภค

จากการวิจัยดังกล่าวนี้พบว่า ในอุตสาหกรรมการดองมะม่วงส่วนใหญ่ไม่กล้าเสี่ยงต่อการดองโดยใช้เกลือเพียงอย่างเดียว เพราะไม่สามารถควบคุมสภาพการดองได้ นอกจากนี้กลุ่มแม่บ้านหลายแห่งก็มีวิธีการดองเช่นเดียวกับที่ใช้ในโรงงาน แต่ส่วนใหญ่นิยมใช้ผงดองมะม่วงที่มีจำหน่ายอยู่ทั่วไป ซึ่งพบว่าสารเจือปนต่าง ๆ ที่ใช้ดองมะม่วงในโรงงานและใช้เป็นส่วนผสมของผงดองนั้นมีเกลือเป็นหลักและผสมสารอื่น ๆ อีกหลายชนิด ซึ่งสารเจือปนที่ผู้ผลิตนิยมใช้และอาจมีผลกระทบต่อสุขภาพของผู้บริโภค คือ

แซ็กคาริน (ขัณฑสกรหรือดีน้ำตาล) ซึ่งเป็นสารให้ความหวานที่ไม่ให้พลังงาน มีสถานภาพทางกฎหมายอาหารและยาในต่างประเทศที่ระบุว่าเป็นสารก่อมะเร็งอย่างอ่อน

สารส้ม เป็นสารประกอบของอะลูมิเนียม ซึ่งมีผลการวิจัยว่าอาจมี



#### ผลต่อการเกิดโรคอัลไซเมอร์ได้

สี อาจจะสะสมเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ซึ่งจากการศึกษาพบว่าการใช้สีเป็นผลจากการใช้สารกันเสียที่ทำให้มะม่วงมีสีคล้ำเมื่อคงไว้เกิน 3 เดือน จึงจำเป็นต้องใส่สีเพื่อนำมารับประทานมากขึ้น

จากการวิจัยดังกล่าวพบว่า การดองมะม่วงอย่างถูกวิธี เริ่มจากมะม่วงที่นำมาดองควรเป็นมะม่วงพันธุ์แก้วเขียว แก้วดำ และแก้วจุก ต้องแก่จัดและสด หลังจากเก็บเกี่ยวให้ค้างคืน 1 คืน ถ้านำมาดองด้วยขั้นตอนและวิธีที่ถูกต้องจะได้มะม่วงที่มีเนื้อในเหลืองสวย เนื้อสัมผัสดีและกรอบแน่น ส่วนวิธีการดองนั้นเริ่มจาก การล้างมะม่วงให้สะอาดก่อนบรรจุใส่ในไหหรือถัง เติมน้ำเกลือที่เตรียมไว้ในสัดส่วนมะม่วงต่อน้ำเกลือ 1:1 ใช้ถุงพลาสติกบรรจุน้ำหรือน้ำเกลือ รัดยางให้แน่น วางทับมะม่วงให้จมแล้วปิดฝา ดองทิ้งไว้ประมาณ 1 เดือน จึงนำมาบริโภคหรือทำมะม่วงดองปรุงรสก็ได้ เคล็ดลับการดองที่ดีที่สุดคือ น้ำ 9 ส่วนกับเกลือ 1 ส่วน หรือน้ำ 10 ส่วนกับเกลือ 1.36 ส่วน

สำหรับภาชนะที่ใช้ในการดอง สามารถใช้ถังพลาสติกเกรด A หรือถังไฟเบอร์กลาส ซึ่งจากการทดลองเปรียบเทียบการดองในไหและในถังพลาสติก พบว่า การดองในถังพลาสติกไม่มีปัญหาการเน่าเสียเลย และหากการดองมะม่วงโดยใช้น้ำเกลือเพียงอย่างเดียวนั้นก็เพียงพอสำหรับการเก็บรักษาและจะได้มะม่วงดองที่มีคุณภาพดี (หากภาชนะที่ใช้ดองสะอาด)

สำหรับผู้สนใจวิธีการดองมะม่วงไร้สารพิษ สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ 942-8627, 579-5551 และ 942-8454.