

มะม่วงหิมพานต์...หรือกาหยู กาหยี ม่วงเม็ด
ล่อ ม่วงเด็ดล่อ และหัวครก แล้วแต่ใครจะเรียก
อย่างไรมันก็เป็นสิ่งที่เข้าใจในแต่ละกลุ่มแต่ละ
ชุมชน

หัวครกเป็นพืชปลูกง่าย ลงทุน
ต่ำ ทุนเฉลี่ย เจริญเติบโตได้ดีกับดินแทบ
ทุกชนิด มีการรับซื้อผลผลิตราคาสูง
ดังนั้นภาครัฐจึงส่งเสริมเกษตรกรปลูก
กันหลายจังหวัด อาทิ เชียงใหม่ อุบล-
ราชธานี ชลบุรี ระนอง พังงา ปัตตานี
และระยอง

แต่ต้อง “ร้องเพลงรอ” นาน
ถึง 5 ปีกว่าผลผลิตจะ “บาน” กลาย
เป็น “เม็ดเงิน” เข้ากระเป๋ามีหน้าซ้ำช่วง
การเก็บต้องนั่งดูอยู่แค่ระหว่างเดือน ม.ค.-
มี.ค.เท่านั้น ส่งผลให้พื้นที่ปลูก “ลดน้อยถอยลง”
แปรเปลี่ยนกลายเป็น สวนยางพารา ปาล์ม รวมทั้ง
ไม้ผลอื่นๆ แม้ว่าราคาซื้อขายจะ “โดน” ใจก็ตาม

เพื่อเพิ่มมูลค่า สร้างงาน สร้างอาชีพกับกลุ่มชาวสวน
“หัวครก”...ดร.ราเชนทร์ วิสุทธิแพทย์ นักวิชาการ 9 ประจำ
ฝ่ายเทคโนโลยีชีวภาพ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
แห่งประเทศไทย (วว.) จึงคิดค้นเทคนิควิธีการแปรรูป “ข้าวผล”
ให้ออกมาเป็นน้ำมะม่วงหิมพานต์เข้มข้น “กาหยู”

ดร.ราเชนทร์ เล่าให้ “ทำได้ ไม่จน” ฟังในงานเปิดโลก-
ทัศน์วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี 45 ปี วว. “สุขภาพดี ชีวิตสดใส”
เมื่อเร็วๆ นี้ว่า หลังจากชาวสวนเก็บเม็ดมะม่วงหิมพานต์ออก จะทิ้งข้าว
ผลให้เน่าเสีย ทำให้เกิดแหล่งชุมชุมของแมลงหวี่ กลิ่นเหม็นรบกวน
ทางจังหวัดระนองจึงขอให้ช่วยคิดหาแนวทางแก้ปัญหา มีหลายวิธี
อย่างเช่นทำปุ๋ยหมัก อันเป็นทางเลือกสุดท้าย

ก็เพราะที่ผ่านมาเห็นว่าชาวได้หลายครัวเรือนจะเอาข้าว (ฐาน
รองดอก) หามาแกงส้ม ที่สุกจิ้มเกลือ เมื่อ “กินได้” แต่ไม่รู้ว่ามี
ประโยชน์อย่างไรต่อร่างกาย จึงส่งวิเคราะห์ที่ศูนย์ทดสอบ



สุขภาพดีชีวิตสดใสกับน้ำ ‘กาหยู’ แปรรูปพลีผลเจ้าปัญหาให้มีคุณค่า



ดร.ราเชนทร์ วิสุทธิแพทย์

ข้าวผลของเม็ดมะม่วงหิมพานต์ ซึ่งมีรูป
ทรงคล้ายชมพู.

37.84 กิโลแคลอรี คาร์โบไฮเดรต 9.26 ก. น้ำตาล 8.38 ก. โยอาหาร 0.18 ก. โปรตีน
0.20 ก. โซเดียม 9.23 ก.

แคลเซียม 1.30 มก. เหล็ก 0.071 มก. วิตามิน (บี1) 0.06 มก. วิตามิน
(บี2) 0.02 มก. วิตามิน (บี6) 0.04 มก. และวิตามินซี 197.21 มก. (เท่ากับเม็ด
วิตามินซีที่กินเพื่อรักษาโรคเลือดออกตามไรฟัน 2 เม็ด)

สำหรับการเอาข้าวกาหยูปริมาณนับพันต้นแปรรูปเป็นน้ำพร้อมดื่ม จะใช้

พื้นที่เก็บมาก โอกาสเน่าเสียง่าย ฉะนั้นต้องหาเทคนิค
วิธีทำให้เป็นน้ำฝืดหรือน้ำเชื่อม อันเป็นการไม่เสียคุณ-
ค่าทางอาหาร มีวิธีเดียวนั้นคือ “การระเหยภายใต้สุญญากาศ” ให้ความร้อนกับน้ำผลไม้แบบน้ำอุ่น
ที่ควบคุมอุณหภูมิได้ในช่วง 50-80 °C ...

จากน้ำ 100 ลิตร หลังผ่านขบวนการต่างๆ จะ

ได้น้ำกาหยูเข้มข้นปริมาณ 16-17 ลิตร
ความหวาน 70 องศาบริกซ์ ซึ่งจุลิน-
ทรีย์ไม่สามารถเติบโตได้ นำไปบรรจุ
ที่ 63 องศาเป็นการทำพาสเจอร์ไรซ์ซ้ำ
จะเก็บได้นานถึง 3 ปี โดย “คุณค่า
คงที่ รสชาติเหมือนเดิม”

ไม่เพียงแค่แก้ปัญหา ยังสร้าง
รายได้ให้กับชาวสวนหัวครก จากการ
ขายข้าวในราคา กก.ละ 5 บาท ซึ่ง
คาดว่าโครงการนี้ทำให้มีรายได้หมุน-
เวียนอยู่ที่หลักล้านบาท เพราะล่าสุด
ทางจังหวัดอนุมัติเงินภายใต้โครงการ
“อยู่ดี มีสุข” ให้กลุ่มเกษตรกร สำหรับ
สร้างโรงผลิตต้นแบบ

เพื่อที่ในอนาคตอันใกล้ยังจะ
ผลักดันให้ “น้ำกาหยู” กลายเป็น

น้ำพร้อมดื่มกาหยูที่เต็มไปด้วย
คุณค่าทางโภชนาการ.

มาตรฐาน (สทม.) วัด เครื่องดื่มประจำของระนอง อีกด้วย “...อุ้งหม้งงานนี้
ค่าต่างๆ สิ่งที่ได้รู้คือ จาก ต้องบอกว่า ผลิดอก ออกผล รวยข้าวรวยซ้อนกัน
น้ำ 100 มล. ให้พลังงาน ถ้วนหน้า...”

ผู้ประกอบการรายใดสนใจ นำไปสู่การ
ผลิตเชิงพาณิชย์ สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม
ได้ที่ 0-2577-9009, 0-2577-9052. ในวันและ
เวลาราชการ.

เพ็ญพิชญา เต็งว