

บัวบก



ชื่อวิทยาศาสตร์ *Centella asiatica* (L.) Urb.

ชื่อสามัญ Asiatic pennywort

ชื่อพื้นเมือง ผักหนอก (นครราชสีมา, ภาคเหนือ); บัวบก (ภาคกลาง);
ปะทะเอหาเต๊ะ (กะเหรี่ยง – แม่ฮ่องสอน); ผักแว่น (ภาคใต้)

ชื่อวงศ์ UMBELLIFERAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้น บัวบกเป็นไม้ล้มลุก ลำต้นทอดเลื้อยตามพื้นดิน มีใบและรากออกตาม
ข้อ มีอายุหลายปี

ใบ ใบเป็นใบเดี่ยว รูปรางใบเป็นรูปไตหรือรูปกลม โคนใบเว้าลึก ขอบใบ
หยัก ผิวใบเรียบ ก้านใบยาวตั้งตรง

ดอก ดอกออกเป็นช่อซี่ร่มดอกขนาดเล็กมาก ตามซอกก้านใบ ดอกขนาดเล็ก

แหล่งที่พบ ป่าเต็งรัง และป่าดิบแล้ง

สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ชอบแสงแดดรำไร ขึ้นตามที่ลุ่มชื้นแฉะ ริมลำห้วย
ขึ้นในดินแทบทุกชนิด

ฤดูกาลใช้ประโยชน์ ตลอดปี

ส่วนที่ใช้เป็นอาหาร ใบและเถา รับประทานเป็นผักสด แกลั้มกับอาหารหลาย
อย่าง เช่น น้ำพริก ก๋วยเตี๋ยว ผัดไทย ลาบ ก้อย ซุปหน่อไม้ น้ำคั้นจากใบสด ทำให้
เจือจาง ประุงรสด้วยน้ำตาล เป็นเครื่องดื่ม

รส มัน ขมเล็กน้อย น้ำคั้นจากใบรสจืด เย็น

การขยายพันธุ์ ปักชำลำต้น