



สามสิบ



ชื่อวิทยาศาสตร์ *Asparagus racemosus* Willd.

ชื่อพื้นเมือง ผักหนาม, สามสิบ, ผักชีช้าง (นครราชสีมา); จ้วงเครือ (ภาคเหนือ); เตอสีเปาะ (กะเหรี่ยง – แม่ฮ่องสอน); ผักชีช้าง (หนองคาย); พอควายเมะ (กะเหรี่ยง – เชียงใหม่); สามร้อยราก (กาญจนบุรี); สามสิบ (ภาคกลาง)

ชื่อวงศ์ ASPARAGACEAE

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ต้น สามสิบเป็นไม้เถาเลื้อย รากสีขาวอวบน้ำอยู่ใต้ดิน ลำต้นเหนือดินเป็นเถาเลื้อยพัน มักมีหนามแหลม เถาอ่อนสีเขียว เถาแก่สีน้ำตาล

ใบ ใบเดี่ยว เรียงสลับ ใบลดรูปเป็นเส้นแคบยาว สีเขียว ปลายและโคนใบแหลม ขอบใบเรียบ

ดอก ดอกเป็นดอกช่อ ที่ปลายกิ่งและตามซอกใบ กลีบรวมสีขาว ออกดอกเดือนเมษายน – มิถุนายน

ผล ผลรูปทรงค่อนข้างกลม มี 3 พู ผลอ่อนสีเขียว แก่สีแดง ออกผลเดือนมิถุนายน – สิงหาคม

แหล่งที่พบ ป่าเต็งรัง

สภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ชอบแสงแดดจัด ขึ้นได้ดีในดินร่วนปนทรายที่ไม่อุ้มน้ำ

ฤดูกาลใช้ประโยชน์ ฤดูฝน

ส่วนที่ใช้เป็นอาหาร หน่ออ่อน ยอดอ่อน ผลอ่อน ลวกเป็นผักจิ้มกับน้ำพริก หรือ แกงรวมกับผักอื่น หัวใต้ดิน นำมาทำขนมหวาน

รส หวานเย็น

การขยายพันธุ์ เพาะเมล็ด แยกหน่อ