

# คม·สด·ลึก

ปีที่ 12 ฉบับที่ 4185 วันศุกร์ที่ 5 เมษายน พ.ศ. 2556 หน้า 12

## 'มายองเนส'ข้าวกล้องไรโซมัน

### แปรรูปสู่ผลิตภัณฑ์อาหารกินง่าย

**ผลิตภัณฑ์อาหาร** และเครื่องสำอางหลากหลายชนิดที่แปรรูปจากข้าวกล้องงอก ทั้งข้าวหมาก โยเกิร์ต คุกกี้ แหนมเห็ด น้ำข้าวกล้อง สมูซิวข้าวกล้องและอื่นๆ ของ **อาจารย์ว่าที่ร้อยตรี (หญิง) เกศินี จันทโรสภณ** สาขาวิชาจุลชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี โดยได้รับการสนับสนุนจากสำนักบริหารโครงการวิจัยในอุดมศึกษาและพัฒนา มหาวิทยาลัยวิจัยแห่งชาติ สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา นำมาสู่งานวิจัยต่อยอดและยังช่วยฝ่าทางตันของตลาดข้าวกล้องงอกได้อีกทางหนึ่ง



“งานวิจัยพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องงอกหมักโพรไบโอติกคือจุลินทรีย์ชนิดหนึ่ง นำมาพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์อาหารได้หลายรูปแบบ เป็นอาหารที่คุ้นตาคุ้นรสชาติ บริโภคได้ทุกเพศ ทุกวัย ส่วนที่คิดค้นล่าสุด คือ มายองเนสข้าวกล้องงอก ซึ่งทดลองคิดค้น

มานานจนได้สูตรที่ลงตัว มีรสชาติคล้ายสูตรดั้งเดิม แต่ที่โดดเด่นกว่าคือ **ไม่มีไขมัน** เหมาะสำหรับกลุ่มคนที่กลัวอ้วน”

อ.เกศินี แจงพร้อมบอกว่า มายองเนส นั้นเป็นข้อสเปคทางหนึ่ง ทำให้อาหารมีรสชาติกลมกล่อมน่ารับประทาน ส่วนผสมดั้งเดิมจะอุดมไป

ด้วยไขมัน ใช้ส่วนผสมที่มีทั้งน้ำมัน น้ำส้มและไข่ ที่นำมาตีให้เข้ากัน ทำให้นักชิมที่ดูแลสุขภาพพยายามที่จะหลีกเลี่ยง ส่วนสูตรที่ผ่านการวิจัยนั้นไม่มีไขมัน ขณะที่รสชาติอร่อยไม่ต่างจากต้นตำรับเดิม จึงเป็นที่มาของเมนูข้าวปั้นสไตล์คนไทยใส่มายองเนสข้าวกล้องงอก ผลิตภัณฑ์ชิ้นใหม่ล่าสุด

ที่ทำเองได้ไม่ยุ่งยาก เหมาะสำหรับผู้ดูแลสุขภาพ วัยรุ่น และวัยทำงาน เพราะไร้ไขมัน กินไม่อ้วน

โดยส่วนผสมหลักของมายองเนสข้าวกล้องไรโซมัน คือ ข้าวกล้องงอกและไข่ตุ๋นเท่านั้น วิธีทำเริ่มจากหุงข้าวกล้องแล้วนำไปปั่นละเอียด นำมากรองไม่ให้มีกากให้ได้น้ำข้าวกล้องที่

(ต่อหน้าหลัง)

ชั้นละเอียดซึ่งจะใช้แทนน้ำมัน จากนั้นนำมาตีกับไข่ตุ๋น ปั่นรวมจนเป็นเนื้อเดียวกัน เพียงเท่านี้ก็ได้มายองเนสข้าวกล้องงอกรสอร่อยไร้ไขมัน รสชาติที่ได้ไม่ต่างจากมายองเนสสูตรต้นตำรับ

**“ที่ผ่านมาจะช่วยกันคิดค้นหลายสูตร ทั้งผสมไข่ต้ม ไข่ดิบ รสชาติไม่ใกล้เคียงกับสูตรดั้งเดิม จนทดลองตีกับไข่ตุ๋นทั้งเนื้อสัมผัสและรสชาติคล้ายต้นตำรับ กว่าจะสรุปว่าไข่ไข่ตุ๋นก็ใช้เวลาพอสมควร จากนั้นลองมาใช้ในซูชิซึ่งทำจากข้าวกล้อง คลุกเคล้ากับน้ำส้มสายชูน้ำข้าวกล้องงอกเช่นกัน ตกแต่งให้หน้าตา สดสวย สีสันที่**

**ชวนรับประทาน ปรากฏว่าได้รับความสนใจจากกลุ่มเด็ก ๆ มาก เพราะกินง่าย เด็ก ๆ ค่ะ”** อ.เกศินี บอกถึงความพยายาม

ทำให้ข้าวกล้องงอกเป็นอาหารที่สามารถเข้าถึงกับคนทุกกลุ่ม ไม่ใช่เฉพาะผู้ป่วยเท่านั้นที่จะนำไปรับประทาน ถือเป็น การขยายกลุ่มผู้บริโภค ทำให้ข้าวกล้องงอกเป็นได้ทั้งอาหาร ขนม น้ำข้าวกล้อง เครื่องสำอางเพื่อสุขภาพ ทั้งหมดนี้ช่วยเพิ่มมูลค่าของข้าวกล้องงอกในการแปรรูปได้มากขึ้น

อย่างไรก็ตาม อ.เกศินี บอกว่า มายองเนสตัวนี้ นับเป็นอีกหนึ่งนวัตกรรมอาหารที่มาจากองค์ความรู้จากงานวิจัย ที่ได้ถ่ายทอดให้ชาวบ้านนำไปต่อยอดพัฒนาเพื่อเพิ่มทางเลือกให้ผู้บริโภคมากขึ้น รวมถึงสร้างงานสร้างอาชีพให้ชาวบ้าน ที่ผ่านมามีผู้สนใจรวมกลุ่มกันมาอบรมจนนำความรู้ไปต่อยอดเป็นอาชีพ เช่น ผลิตสบู่ข้าวกล้องงอก น้ำข้าวกล้องงอกบรรจุขวดสเตอริไลซ์ ที่เก็บได้นาน 1 ปี ชาวบ้านได้พัฒนาสูตรโดยใช้ข้าวหลายสายพันธุ์มาผสมเพื่อให้เกิดสีสันสวยงาม

ส่วนผู้ที่สนใจผลิตภัณฑ์ ต้องการทราบรายละเอียด หรือเข้ารับอบรม ติดต่อได้ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี โทรศัพท์ 0-4535-2000-29 ซึ่ง อ.เกศินี บอกมีเจ้าหน้าที่สอนให้โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด

● กวินตรา ใจเชื้อ ●