



ปีที่ 64 ฉบับที่ 22183 วันจันทร์ที่ 20 มกราคม พ.ศ. 2557 หน้า 16

ข้าวไรซ์เบอร์รี่ โภชนาการเพื่อสุขภาพ

ฉบับวันนี้ ขอเอาใจท่านผู้อ่านที่ใส่ใจสุขภาพ ต้องการบริโภคอาหารปลอดภัย ที่มีคุณภาพ โดยเฉพาะข้าว ซึ่งเป็นอาหารหลักของคนไทย จึงขอแนะนำผลิตภัณฑ์ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่” ของสหกรณ์ผู้ผลิตข้าวเพื่อสุขภาพจังหวัดลพบุรี จำกัด

อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี เป็นอีกหนึ่งพื้นที่ที่มีการปลูกข้าวไรซ์เบอร์รี่ โดยมีเกษตรกรจำนวนมากที่หันมาปลูกข้าวไรซ์เบอร์รี่ จึงได้มีการรวมตัวกันจัดตั้งเป็น “สหกรณ์ผู้ผลิตข้าวเพื่อสุขภาพจังหวัดลพบุรี จำกัด” ซึ่งได้รับการส่งเสริม และแนะนำจากสำนักงานสหกรณ์จังหวัดลพบุรี ตั้งแต่กระบวนการผลิต การเก็บเกี่ยว การสีแปรรูป และการตลาดข้าวไรซ์เบอร์รี่

ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ได้จากการผสมข้าวสายพันธุ์ระหว่างข้าวหอมมะลิ กับข้าวหอมมะลิ 105 มีสีม่วงเข้ม เมื่อหุงสุกแล้วจะได้เม็ดข้าวที่นุ่มนวลน่ารับประทาน รสชาติอร่อย กลิ่นหอมคล้ายข้าวหอมมะลิ ซึ่งเป็นผลผลิตเกษตรอินทรีย์ จากการทำนาโยนกล้า และนาดำ โดยปลอดสารเคมี โดยมีตราสัญลักษณ์ Organic Thailand เป็นเครื่องหมายรับรองคุณภาพ และได้รับการรับรองมาตรฐาน Bioagricert

จุดเด่นของข้าวไรซ์เบอร์รี่ คือ มีสารต้านอนุมูลอิสระสูง ได้แก่ เบต้าแคโรทีน แคม



มาโรซานอล วิตามินอี แทนนิน สังกะสี โฟเลตสูง มีดัชนีน้ำตาลต่ำ-ปานกลาง ซึ่งจากคุณสมบัติข้อนี้ นอกจากจะใช้รับประทานเพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดี ลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวาน การแพทย์ยังนำไปใช้ทำผลิตภัณฑ์อาหารโภชนาบำบัดอีกด้วย ทั้งนี้ สหกรณ์ผู้ผลิตข้าวเพื่อสุขภาพจังหวัดลพบุรี จำกัด ได้แนะนำวิธีการหุงข้าวไรซ์เบอร์รี่ เพื่อให้คงสารอาหารครบถ้วน โดยควรหุงข้าวเพียงครั้งเดียว เพื่อไม่ให้สูญเสียวิตามินไปกับน้ำข้าวข้าว จากนั้นแช่ข้าว 15-30 นาที หุงข้าว 1 ส่วน ต่อ น้ำ 1.25 ส่วน แต่หากไม่มีเวลาแช่ข้าวให้บิบน้ำมะนาวหนึ่งเลี้ยว จะทำให้ข้าวนุ่มขึ้น หุงข้าว 1 ส่วน ต่อ น้ำ 1.50 ส่วน

หากผู้อ่านท่านใดสนใจ ผลิตภัณฑ์ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่” เพื่อเพิ่มสารอาหารให้กับร่างกาย สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ที่ สหกรณ์ผู้ผลิตข้าวเพื่อสุขภาพจังหวัดลพบุรี จำกัด เลขที่ 134 หมู่ 2 ตำบลท่าม่วง อำเภอท่าม่วง จังหวัดลพบุรี 15150