

เดลินิวส์

ฉบับที่ 15,700 วันอังคารที่ 8 ตุลาคม พ.ศ. 2535

DAILY NEWS

พรรณไม้บางอย่างที่ใช้ดอกเป็นอาหาร

ชมรมเทคโนโลยีทางอาหารและชีวภาพ คณะวิทยาศาสตร์จุฬาฯ

MF

มีพืชหลายชนิดที่เราสามารถจะเก็บเอาดอกของมันมาไว้รับประทานเป็นอาหารได้ พืชเหล่านี้มีทั้งที่ขึ้นเองตามธรรมชาติ และที่เราปลูกขึ้นมาเพื่อวัตถุประสงค์บางอย่าง เช่น เพื่อความสวยงาม หรือตั้งใจปลูกเพื่อจะเอาดอกมาใช้เป็นอาหารโดยตรง เช่น พวกผักกะหล่ำดอก ดอกไม้จีน กุขช่ายชนิดปลูกไว้เก็บดอก หรือพวกต้นแค มะรุม เป็นต้น

มีต้นไม้อีกหลายชนิดที่หลายคนอาจคาดคิดไม่ถึงว่าดอกของมันสามารถจะนำมาปรุงเป็นอาหารรับประทานได้ ทั้ง ๆ ที่พรรณไม้เหล่านี้บางชนิดก็มีอยู่ในเขตบ้านของเรา แต่บางชนิดก็ขึ้นอยู่ตามท้องทุ่งนา ป่าเขา ออกด้อย่างเช่น

ดอกของต้นพวงชมพู ที่เมื่ออยู่บนรั้ว มีสีสวยงาม เราสามารถจะนำมาชุบแป้งทอดรับประทานกับขนมจีน หรือน้ำพริกก็ได้ เช่นเดียวกับพวกดอกดาวเรืองที่มีสีเหลืองสวยงาม ซึ่งปัจจุบันนิยมปลูกเป็นไม้ตัดดอกขาย ดอกดาวเรืองที่ยังดูน ๆ อยู่ ก็นำมากินกับน้ำพริก หรือเต้าเจี้ยวहनได้ จะนิยมนำมาต้มยำ แปรกกว่าผักทั่วไป ดอกของไม้ในตระกูล ฝรั่ง กล้วย หนาม หรือพวกควาต ขณะที่ยังอ่อน ๆ อยู่ก็สามารถนำมากินดิบ ๆ หรือต้มให้สุกจิ้มน้ำพริก หรือจะใส่ในแกงจืด แกงเผ็ดก็ได้

ดอกของพวก ชิง ข่า กระเทียม กระเจียวขาว ซึ่งจะแทงช่อดอกขึ้นมาจากลำต้นที่อยู่ใต้ดินก็สามารถจะเก็บมาต้มจิ้มน้ำพริกหรือจะกินดิบ ๆ ก็ได้ไม่แพ้ผักอื่น ๆ

ดอกต้นนิ้ว ต้นกระโดน ต้นกุ่ม ต้นเพกา ต้นกาหลง ต้นชาครีวง ต้นตะขอม ต้นสะแล และอื่น ๆ รวมทั้งพวกที่เวารูจักดี เช่น สะเตาะ มะม่วง โสน ขี้เหล็ก มะขาม เหล่านี้ล้วนนำดอกมาใช้เป็นผักได้ทั้งสิ้น