

ปีที่ 50 ฉบับที่ 15270 วันศุกร์ที่ 12 พฤศจิกายน พ.ศ.2542 ราคา 8.00 บาท

ไทยรัฐ+สถาบันอาหารร่วมโครงการอาหารปลอดภัย

มัน! มา กับอาหาร



รากับกะปิ

จนป่านนี้ ก็ยังหาสาเหตุไม่ได้ ว่าทำไม...ถึงถึงได้จงกลียศจงซึ่งกะปิเสียนักหนา

ความหวังเรื่องของสิ่ง อย่าไปยุ่งกับมันมาก และไม่กินจะเกี่ยวกับกะปิตรงไหน แต่เมื่อถึงฤดูที่จะหุงถึงกะปิ ก็อดนึกถึงสิ่งไม่ได้ ไม่มีเหตุผลอะไรมากไปกว่านี้ เพราะเรื่องของเหตุผล เรื่องของหลักเกณฑ์ บ้านเมืองนี้ บุคคลนี้ สะกดกันไม่ถูกกันเป็นส่วนใหญ่นักแล้ว

แต่เรื่องของกะปิกลับไม่ใช่

กะปิกับคนไทยนี้เป็นของคู่กัน และในเครื่องแกงเผ็ดทุกชนิด ต้องมีกะปิเป็นเครื่องปรุงรสหลัก ร้านก๋วยเตี๋ยวเนื้อในโคราชบางร้าน เห็นมีกะปิตั้งเป็นเครื่องเคียงไว้ปรุงรสอีกต่างหาก

ถ้าจะว่าไปแล้ว เฉพาะตัวกะปิเอง เป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีโปรตีนเฉลี่ยถึงร้อยละ 21.4 โปรตีนจากกะปิมาจากตัวเลข ที่หมักกับเกลือแล้วนำไปผึ่งแดด พอแห้งจึงนำมาดัดให้ละเอียด จะได้กะปิเนื้อนุ่มสีเทาอมชมพู ไปจนถึงกะปิเนื้อแน่นแข็ง สีน้ำตาลอมม่วง-อโรย

เพราะว่ากะปิมีความชื้นสูงนี่เอง จึงเป็นแหล่งเพาะยีสต์กับเชื้อรา โดยเฉพาะเชื้อราประเภทที่ผลิตสารพิษ (Mycotoxin)

ราที่ผลิตสารพิษนี้ มีมากมายและหุงถึงบ่อยๆ ในคอสมอสมี คือราในกลุ่มแอสเพอร์จิลลัส (Aspergillus) มันจะสร้างสารพิษที่รู้จักกันดี คือ อะฟลาท็อกซิน (Aflatoxin) ซึ่งจะเข้าไปสะสมในตับ ทำลายการทำงานของตับที่สุดถึงจะทำให้เกิดมะเร็งในตับ

แล้วไง!

ก็ไม่มีแล้วไง...เพียงแต่อยากบอกว่า เชื้อสารพิษนี้จะแทรกซอนเข้าไปในเนื้ออาหารได้ลึกมาก และทนความร้อนสูง ความร้อนจากการหุงต้มทั่วไป ไม่ลดความถี่ต่อต้านของมันหรอก

ก็เลยขอให้ระมัดระวังกันไว้

สำนักมาตรฐานผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรม (สมอ.) กำหนดปริมาณความชื้นของกะปิไว้ไม่เกิน 45% และให้มีปริมาณยีสต์กับราเกินมาตรฐาน ๑ ตัวอย่าง ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่า มีการบรรจุถูกวิธี ภาชนะบรรจุปิดแน่น เชื้อราเข้าไปไม่ได้

หรือไม่ก็มีสารกันบูด.

ตัวอย่าง	ความชื้น(%)	ยีสต์และรา (โคโลนี/กรัม)
1. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด ชานชา	46.30	5
2. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาด ทุ่งเตย	54.54	<10
3. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด พงษ์เกษม	53.09	35
4. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด ชรามน	51.55	20
5. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด สะพานเวียนธานี	42.16	58x10 ²
6. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด บางขุนศรี	48.01	5
7. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากตลาดสด วงเวียนใหญ่	56.10	930
8. กะปิฉีก บรรจุถุงพลาสติก จากเดอะมอลล์ บางแค	45.00	75
9. กะปิ บรรจุกระป๋อง 1	43.02	<10
10. กะปิ บรรจุกระป๋อง 2	46.30	<10

วิธีวิเคราะห์ ICMSF (1978) 2nd ed วันที่วิเคราะห์ 27 ต.ค. 42

ฝ่ายบริการข้อมูล / ฝ่ายบริการทดสอบ สถาบันอาหารองค์การอิสระในสังกัดกระทรวงอุตสาหกรรม