



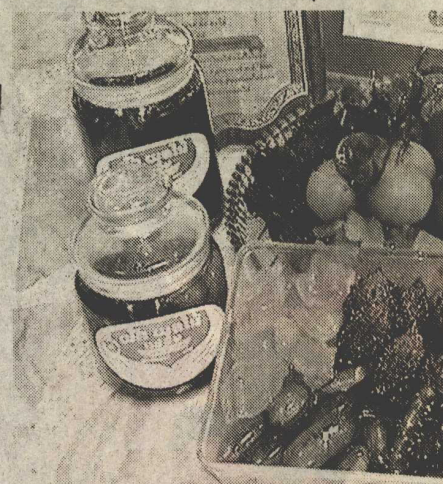
# บอระเพ็ดเข้มข้นเปลี่ยนรสขมเป็นหวาน ผลิตภัณฑ์เด็ดกลุ่มแม่บ้านบางพรหม



**บ**เป็นที่ทราบกันว่า บอระเพ็ด เป็นพืชสมุนไพรไม้เลื้อยชนิดหนึ่งที่มีลักษณะเป็นเถาผิวตะปุ่มตะป่ำและมีรสขมจนหาที่เปรียบไม่ได้ และด้วยความขมของบอระเพ็ดนี้เองผู้เฒ่าผู้แก่สมัยก่อนจึงนิยมนำมารับประทานเป็น ยารักษาโรคต่าง ๆ ได้สารพัดแก้มยังรับประทานกันแบบสด ๆ เพราะเชื่อว่าความขมของบอระเพ็ดนั้นจะช่วยชะลอความแก่หรือเป็น ยาอายุวัฒนะ ช่วยให้อายุยืนยาว นอกจากนี้สตรีที่มีลูกอ่อนต้องการให้ลูกหย่านมก็ยังนิยมนำบอระเพ็ดมาทาที่หัวนม ซึ่งรสขมก็จะทำให้ลูกเข็ดขยาดและเลิกกินนมแม่ไปได้ในที่สุด แม้ว่าบอระเพ็ดจะมีสรรพคุณครอบจักรวาล ก็ยังไม่เป็นที่นิยมของผู้คนมากนักเนื่องจากความขมของมันที่ทำให้รับประทานยากนั่นเอง แต่จากนี้ไปหากเราจะกินบอระเพ็ดคงไม่ต้องทนขมจนติดลิ้นกันอีกต่อไปแล้วเพราะ กลุ่มสตรีเกษตรกรพัฒนาตำบลบางพรหม อำเภอบางคนที จังหวัดสมุทรสงคราม เขาได้รวมตัวกัน 6 คนตั้งกลุ่ม แปรรูปบอระเพ็ดเข้มข้น ขึ้น เนื่องจากเห็นว่าหากใครรับประทานบอระเพ็ดพืชสมุนไพรครอบจักรวาลนี้ได้ก็น่าจะเป็นประโยชน์ต่อร่างกายจึงได้นำสูตรต้นตำรับเคลือบการทำให้พืชผักผลไม้กลับชาติหรือบอระเพ็ดเข้มข้นแบบโบราณมาลองทำดูเพื่อให้การรับประทานบอระเพ็ดทำได้ง่ายขึ้น

คุณฉวีวรรณ หัตถกรรม ประธานกลุ่มสตรีเกษตรกรพัฒนาตำบลบางพรหม จังหวัดสมุทรสงคราม เจ้าของต้นตำรับบอระเพ็ดเข้มข้นบอกว่าได้

พยายามหัดทำบอระเพ็ดเข้มข้นอยู่นานนับปีจนสลัดรสขมได้จนหมดสิ้น ทำให้ได้บอระเพ็ดเข้มข้นที่มีรสหวานอร่อยและแฝงไว้ด้วยคุณประโยชน์ของพืชสมุนไพรครบครัน ปัจจุบันผลิตออกจำหน่ายเป็นสินค้าขึ้นชื่อสร้างรายได้หลักให้สมาชิกในกลุ่ม ส่วนเคล็ดลับและวิธีการทำบอระเพ็ดขมให้หวานนั้น ขั้นตอนแรกให้นำบอระเพ็ดซึ่งมีลักษณะคล้ายเถาวัลย์มาตัดเป็นท่อน ๆ ยาวประมาณ 1 นิ้วครึ่งถึง 2 นิ้ว ลอกเปลือกที่เป็นตะปุ่มตะป่ำและไส้ที่เป็นเส้นออก แล้วนำไปแช่น้ำเกลือในอัตราน้ำบริสุทธิ์ 5 ลิตรต่อ



เกลือ 1 ลิตร แก้วสารส้มเพื่อให้ น้ำใสสะอาดอยู่เสมอและต้องเปลี่ยนน้ำเกลือทุก ๆ วันจนกว่าบอระเพ็ดจะหายขม หลังจากแช่น้ำเกลือประมาณ 1 เดือนแล้ว ให้นำบอระเพ็ดขึ้นแช่น้ำสะอาดทิ้งไว้ 2 คืน จากนั้นนำไปแช่น้ำปูนใสอีก 1 คืน แล้วจึงนำมาล้างทำความสะอาดก่อนที่จะนำไปลวกน้ำร้อนประมาณ 10 นาที แล้วจึงผึ่งให้สะเด็ดน้ำ ขณะ

อ่อนชุ่มเพิ่มความหวานอร่อยและทำให้เป็นเงินได้อย่างไม่น่าเชื่อ ส่วนขั้นตอนและวิธีการทำนั้นก็คล้าย ๆ กับการทำบะระพีค้ำ

เดียวกันก็ใช้น้ำเชื่อมจากน้ำตาลทรายให้ความหวานอ่อน ๆ ทิ้งไว้ให้เย็นแล้วนำบะระพีค้ำไปแช่ไว้ และทุกเช้าจะต้องนำน้ำเชื่อมที่แช่บะระพีค้ำตั้งไฟอ่อน ๆ อุณหภูมิเดิมน้ำตาลทรายเพิ่มความหวานขึ้นทีละน้อยประมาณ 15 วันก็จะได้บะระพีค้ำชุ่มรสชาดอร่อยสามารถรับประทานได้ ส่วนราคาจำหน่ายก็กิโลกรัมละ 400 บาท

นอกจากบะระพีค้ำชุ่มแล้ว กลุ่มสตรีเกษตรพัฒนาตำบลบางพรหม ยังมีไอเดียพลิกแพลงโดยการนำพืชผักสมุนไพรไทยที่มีรสขมรับประทาน



ยากอีกสารพัดชนิด เช่น มะระคั้งคั้ง มะระจีน พริก ลูกตำลึง แดงกวา มะนาว และ ผลส้มโออ่อน โดยเฉพาะส้มโออ่อนถือเป็นอีกหนึ่งเมนูของความอร่อยที่เกิดจากไอเดียเด็ด ๆ เพราะเป็นการตัดเอาผลส้มโออ่อนจากต้นที่ให้ผลผลิตตกเกินไป ซึ่งหากปล่อยให้สุกจะแย่งอาหารกันทำให้ผลผลิตไม่ได้คุณภาพ กลุ่มสตรีจึงหยิบมาแปรรูปเป็นส้มโอ

อิมแต่จะแตกต่างกันก็ระยะเวลาในการแช่น้ำเกลือ ซึ่งจะต้องแช่นานกว่าผลส้มโอใส จึงสามารถนำขึ้นมาแช่อิมได้ ส่วนราคาขายพืชผักชนิดต่าง ๆ นี้จะขายอยู่ที่กิโลกรัมละ 300-350 บาท

สำหรับผลิตภัณฑ์ผลไม้แช่อิมของกลุ่มสตรีเกษตรตำบลบางพรหม ไม่เพียงแต่จะได้รับความนิยมนจากผู้บริโภคเท่านั้น ที่ผ่านมายังได้รับประทานโล่รางวัลชนะเลิศและรองชนะเลิศจากพระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลีพระวรราชทินนิตตามาตุ ในงานมหกรรมอาหารไทยใต้เกลือไอโอดีนถึง 4 ครั้ง และรางวัลจากการประกวดเกี่ยวกับอาหารต่าง ๆ อีกกว่า 20 รางวัล มาเป็นเครื่องการันตีถึงรสชาติความอร่อยด้วยคุณภาพ ซึ่งก็ถือเป็นความภูมิใจของกลุ่มเป็นอย่างมาก แต่ความสำเร็จดังกล่าวนี้อาจจะไม่เกิดขึ้นหากเจ้าหน้าที่ของ สำนักงานพัฒนาชุมชนและสำนักงานเกษตรอำเภอบางคนที่ไม่ให้การสนับสนุนทั้งในเรื่องของอุปกรณ์และบรรจุภัณฑ์ ที่นำเสียดายก็คือภูมิปัญญาชาวบ้านเหล่านี้กลับไม่ได้รับการสนับสนุนจากคนในพื้นที่เลือกให้เป็นสินค้า 1 ตำบล 1 ผลิตภัณฑ์

เห็นความสำเร็จอย่างนี้แล้วหลายท่านคงสนใจหากจะลองทำบริโภคกันดูบ้าง คุณฉวีวรรณ ประธานกลุ่มสตรีเกษตรพัฒนาตำบลบางพรหม เขาก็บอกว่ายินดีและเต็มใจที่จะถ่ายทอดความรู้และวิธีการทำบะระพีค้ำชุ่มตลอดจนพืชผักสมุนไพรและผลไม้แช่อิมเหล่านี้โดยไม่ปิดบังเคลือบ ผู้ที่สนใจสามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทรศัพท์ 0-3476-1084.

**มานพ จันทร์ฤทธิ**