

เนื้อนุ่มอย่างปลอดภัย (Tender and Safe)

โดยธรรมชาติของเนื้อสัตว์ความเหนียวนับว่าเป็นเรื่องปกติ เนื้อแต่ละชนิด แต่ละส่วนจะมีความนุ่มหรือความเหนียวต่างกัน ความเหนียว (ความนุ่ม) ของเนื้อขึ้นกับปัจจัยหลายชนิด เช่น ชนิดพันธุ์ อายุ เพศของสัตว์ การเลี้ยงและการดูแล ตำแหน่งของกล้ามเนื้อ รวมทั้งการปฏิบัติในการฆ่า หลังการฆ่าและการนำมาบริโภค ปัจจุบันเราสามารถปรับปรุงคุณภาพเนื้อสัตว์ให้มีความนุ่มได้ตามความต้องการของผู้บริโภค เช่น การปรับปรุงพันธุ์สัตว์และการเลี้ยง หรือการฉีดเอนไซม์โปรตีนออสบวงชนิดเข้าไปในสัตว์ก่อนการฆ่าเพื่อทำให้เนื้อนุ่มแต่ก็เป็นที่โต้แย้งกันถึงเรื่องคุณธรรมอยู่บ้าง ในส่วนผู้บริโภคเองก็สามารถปรับปรุงคุณภาพเนื้อสัตว์ให้มีความนุ่มมากขึ้นได้ อย่างง่าย ๆ และปลอดภัย เช่น การทุบเนื้อ หรือตีเนื้อ เพื่อให้เส้นใยเนื้อแตกออก (โดยการใช้ค้อนสำหรับทุบเนื้อที่ทำด้วยไม้หรือโลหะที่มีจำหน่ายในตลาด) ส่วนการทำให้เนื้อนุ่มโดยการใช้สารเคมี เช่น เกลือแกง ผงฟูสำหรับทำขนมปัง หรือน้ำปูนใส เพื่อปรับสภาพของเนื้อ

ให้เหมาะสมกับการละลายของโปรตีนหรือย่อยสลายกล้ามเนื้อ โดยการเร่งกิจกรรมของเอนไซม์ตามธรรมชาติในกล้ามเนื้อสัตว์ (คาลเพน-Calpain และคาเธปซิน-Cathepsins) การใช้เอนไซม์จากพืชที่หาได้ง่ายในครัวเรือนก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ปลอดภัย เช่น มะละกอ (เอนไซม์ปาเปน-Papain) สับปะรด (เอนไซม์โบรมีเลน-Bromelain) หรือขิง (เอนไซม์ซิงจีเบน-Zingibain) ซึ่งนอกจากจะได้เนื้อที่นุ่มอย่างปลอดภัยแล้วยังได้ในด้านของกลิ่นรสด้วย ในการหมักหรือปรุงอาหารโดยการใช้สารเคมีหรือเอนไซม์จากพืชในครัวเรือนเหล่านี้มีความปลอดภัย เพราะหากใช้มากเกินไปก็ไม่เกิดโทษใด ๆ เพียงแต่เนื้อจะมีรสชาติหรือสภาพที่ไม่น่าทานเท่านั้น การทานเนื้อที่นุ่มผิดปกติอาจจะเป็นโทษได้หากมีการทำให้เนื้อนุ่มโดยใช้สารเคมีที่ไม่เหมาะสม ให้พึงระลึกไว้ว่าความเหนียวกับเนื้อเป็นของคู่กัน หากจะทำให้นุ่มก็ต้องเลือกวิธีที่ปลอดภัยต่ออารยวิโลก.

โครงการเผยแพร่ความรู้และผลงานทางวิชาการผ่านสื่อหนังสือพิมพ์
คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์