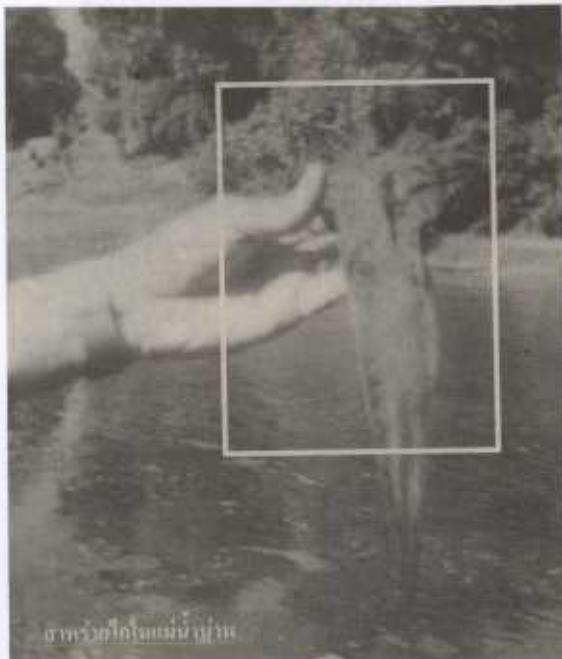


‘ไถ’

สำหรับ แหล่งลุ่มน้ำนาน

อาหารพื้นบ้านต้าน

‘มะเร็ง’



อาหารไถในแม่น้ำนาน

ท ึ่งจากที่ได้รับทุนสนับสนุนจากสถาบันวิจัยแห่งชาติ(วช.)แล้ว นายบัณฑิต บุญคิดปโยค นักวิชาการฝ่ายวิจัยและฝึกอบรมประจำสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตน่าน พร้อมด้วยทีมงาน กำลังสำรวจถึงข้อมูลสาหร่ายสีเขียวน้ำจืด และพบว่า ‘ไถ’ เป็นอาหารพื้นบ้านประจำท้องถิ่นที่ชาวบ้านนิยมบริโภคอย่างแพร่หลาย

‘ไถ’ เป็นพืชหายาก พบได้เฉพาะในลำน้ำน่าน จังหวัดน่าน และในลำน้ำโขง บริเวณอำเภอยะเข็ญของ จังหวัดเขียงราย แต่มีคุณสมบัติพิเศษคือ สาหร่ายชนิดนี้สามารถนำมาใช้เป็นยาบรรเทาโรคได้หลายชนิด อาทิ โรคเกี่ยวกับระบบทางเดินอาหาร โรคผิวหนัง โดยชาวบ้านเชื่อว่า หากบริโภคสาหร่ายดังกล่าวเป็นประจำแล้ว จะมีผลช่วยให้สุขภาพแข็งแรง และเพิ่มความกระชุ่มกระชวยให้กับร่างกายยิ่งขึ้น

ทำให้ผมตกต่ำ และยังรักษาบาดแผลได้ นับเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นของบรรพชน ที่ชาวบ้านนำมาใช้ประโยชน์สืบเนื่องต่อกันมาไม่น้อยกว่า 800 ปีแล้ว

นายบัณฑิต หัวหน้าคณะวิจัยโครงการศึกษาแนวทางการพัฒนาศักยภาพจากสาหร่ายไก่อสถานเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตน่าน เล่าว่าในการสกัดวิเคราะห์ทางเคมีและแปรรูปสาหร่ายไก่อเพื่อเป็นอาหารและยา พบคุณค่าทางโภชนาการสูง ซึ่งจำเป็นต่อร่างกายอย่างครบถ้วน ทั้งโปรตีน กรดอะมิโนจำเป็น ไขมัน คาร์โบไฮเดรต เยื่อใย ไวตามินบี ไวตามินอี และเกลือแร่ทองแดง สังกะสี และเซเลเนียม ที่ช่วยส่งผลให้ผู้บริโภคมีร่างกายแข็งแรง และรู้สึกกระชุ่มกระชวยได้

นอกจากนี้ยังพบองค์ประกอบทางเคมีอีกด้วยว่า สาหร่ายไก่อมีคุณสมบัติต่อต้านการเจริญเติบโตของเชื้อจุลินทรีย์ก่อโรคทั้งในมนุษย์และสัตว์หลายชนิด สามารถใช้ประโยชน์ทางเภสัชสารในเรื่องการต้านสารอนุมูลอิสระหรือปฏิกิริยาออกซิเดชัน อันเป็นสาเหตุสำคัญของโรคมะเร็งใช้เจ็บหลายชนิด โดยเฉพาะ "โรคมะเร็ง"

"ในห้องปฏิบัติการทางเคมี เราทดลองนำน้ำและสาหร่ายไก่อไปหยอดลงในหลุมวุ้นของเชื้อจุลินทรีย์ก่อโรค บริเวณหลุมของสาหร่ายไก่อไม่มีปฏิกิริยาการแพร่ขยายของเชื้อโรค แต่ที่หลุมของน้ำมีเชื้อโรคลุกลามเข้าไปได้ ดังนั้น จึงพบสาหร่ายไก่อมีคุณสมบัติในการต่อต้านโรคมะเร็งสำคัญได้

หลายอย่าง จึงพยายามคิดค้นกันอีกว่าจะสามารถแปรรูปมาเป็นยาและอาหารเพื่อประโยชน์ในทางสังคมให้มากกว่าที่เป็นอยู่ได้อย่างไร"

สาหร่ายไก่อของน่านมีลักษณะเส้นสายยาว สีเขียวสดกว่าสาหร่ายในลุ่มน้ำอื่น ซึ่งอยู่กับองค์ประกอบของสิ่งแวดล้อมแต่ละพื้นที่ เกิดขึ้นเฉพาะในน้ำใส และกระแสไหลที่เอื่อยๆ ที่มีแสงแดดส่องถึง อยู่บนก้อนหินบริเวณพื้นท้องน้ำที่มีความ

ลึกระหว่าง 30-50 เซนติเมตร พบได้ในช่วงฤดูหนาวถึงฤดูร้อน หรือระหว่างเดือนพฤศจิกายนถึงเดือนพฤษภาคม ตั้งแต่ต้นลำน้ำ คืออำเภอทุ่งช้าง จนถึงปลายน้ำที่อำเภอเวียงสา แต่ที่มีสาหร่ายไก่อขึ้นมากที่สุดคือ ที่อำเภอท่าวังผา ชาวบ้านส่วนหนึ่งจึงมีอาชีพในการแปรรูปผลิตภัณฑ์จากสาหร่ายชนิดนี้ออกจำหน่ายอย่างแพร่หลาย

"ไก่อ" เป็นชื่อเรียกอาหารพื้นบ้านของชาว

น่าน ซึ่งบริโภคสืบต่อกันมานับตั้งแต่โบราณ โดยหลังจากที่ "ออกไก่อ" หรือการเก็บเกี่ยวสาหร่ายไก่อโดยการช้อนหรือค่อยๆ ดึงเส้นสายของสาหร่ายขึ้นมาจากแหล่งน้ำได้แล้ว ใช้วิธีสกัดเอาก้อนหินหรือการรดที่ติดออกล้างน้ำให้สะอาด พาดเส้นสายสาหร่ายไว้บนแขนข้างหนึ่ง เมื่อได้น้ำหนักพอประมาณก็จะรวบรวมนำไปตากแดด หรืออบให้แห้งเป็นแผ่นๆ ผึ่งไฟหรือคั่วในกระทะให้กรอบและหอม จึงนำมาบีบหรือยี้ให้เป็นผง โรยเกลือ กระเทียมเจียว และงาคั่วลงไป แล้วคนให้เข้ากัน หลังจากปรุงสุกแล้วจึงนำมารับประทาน

หลังการอบหรือตากแห้งแล้ว สาหร่ายไก่อจะมีกลิ่นคาวคล้ายปลาหมึกทะเลแห้ง นักวิชาการของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตน่าน จึงคิดค้นการเสริมคุณค่าทางโภชนาการ แปรรูปไก่อให้เป็นข้าวเกรียบ ลูกชิ้น หมูยอ และไส้กรอก

นอกจากนี้สาหร่ายไก่อยังสามารถใช้เป็นส่วนผสมในขนมเค้ก เค็มในเนื้อเค้ก ขนมปังหน้าต่างๆ ได้ อย่างมีรสชาติ

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์ของสาหร่ายไก่อ มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า Cladophora Algae จัดเป็นพืชน้ำจืดที่มีคลอโรฟิลล์สามารถสังเคราะห์แสงสร้างอาหารได้ด้วยตนเอง เนื่องจากสาหร่ายไก่อเกิดขึ้นในน้ำใสสะอาด คุณภาพดี โดยเฉพาะบางท้องถิ่นและช่วงฤดูกาลเท่านั้น การวิจัยที่เกิดขึ้นจึงเน้นในเรื่องของการ "อนุรักษ์" ให้พืชชนิดนี้อยู่กับธรรมชาติที่สมดุลควบคู่กับการ "พัฒนา" ประโยชน์ทางเภสัชและคุณค่าทางโภชนาการคืนกลับสู่ชุมชนตามวิถีจักร

เพื่อความยั่งยืนและเอื้อประโยชน์ต่อกันระหว่างคนกับธรรมชาติ