

มันเทศเนื้อสีม่วงมีสารต้านอนุมูลอิสระมากกว่ามันเทศทั่วไป



ทิศทางการเกษตร



เป็นที่สังเกตว่าในอดีตการบริโภคอาหารของประชากรโลกส่วนใหญ่จะเน้นในเรื่องของรสชาติความอร่อยเป็นหลัก แต่ปัจจุบันได้หันมาบริโภคอาหารที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ต่อสุขภาพมากขึ้น โดยเฉพาะในประเทศที่พัฒนาแล้ว อย่างไรก็ตามของมันเทศซึ่งเป็นพืชที่คนไทยหลายคนมองว่าด้อยค่าและเป็นอาหารสำหรับคนยากคนจน แต่ในทางการแพทย์ทั้งแถบไทยและแถบปัจจุบันได้มีการวิเคราะห์สารที่มีประโยชน์ในมันเทศซึ่งมีอยู่มากมาย ประเทศญี่ปุ่นและเกาหลีใต้ได้มีงานศึกษาวิจัยและพัฒนาสายพันธุ์มันเทศที่มีความก้าวหน้ากว่าประเทศไทย ในขณะที่เดียวกันประชากรทางแถบยุโรปและสหรัฐอเมริกาที่หันมาบริโภคมันเทศกันมากขึ้น

ในการวิเคราะห์สารที่มีประโยชน์ในหัวมันเทศพบว่ามีส่วนที่สกัดออกได้อย่างน้อย 2 ชนิดคือ สารเบต้าแคโรทีน ซึ่งเป็นสารตั้งต้นของวิตามินเอที่ช่วยในการบำรุงสายตาและมีส่วนช่วยลดอัตราการกลายพันธุ์ของเซลล์มะเร็งได้ ขณะนี้พบว่าใน มันเทศเนื้อสีม่วง จะมีสารเบต้าแคโรทีนมากกว่ามันเทศสายพันธุ์อื่น ในขณะเดียวกัน มันเทศเนื้อสีม่วง กลับมี สารแอนโทไซยานิน มากกว่ามันเทศสายพันธุ์อื่น ๆ เช่นกัน คุณสมบัติของสารนี้จะต้านอนุมูลอิสระได้ดีเยี่ยม ในต่างประเทศมีรายงานว่ามันเทศสายพันธุ์นี้ใช้บริโภคแทนข้าวมีส่วนช่วยลดน้ำตาลในกระแสเลือดหรือใช้กับผู้ป่วยโรคเบาหวานได้ จึงไม่แปลกใจเลยว่ามันเทศเนื้อสีม่วงที่มีวางขายในซูเปอร์มาร์เก็ตของห้างสรรพสินค้าใหญ่ในบ้านเราจะขายสู่ผู้บริโภคถึงกิโลกรัมละ 100 บาท และยังจัดเป็นมันเทศที่ทานบริโภคได้ยาก



เป็นเรื่องที่น่าอินดีที่มันเทศเนื้อสีม่วงปลูกและให้ผลผลิตได้ดีในเกือบทุกพื้นที่ของประเทศไทย เพียงแต่เกษตรกรที่คิดจะปลูกควรจะต้องเลือกสภาพพื้นที่ดินปลูกประเภทดินร่วนปนทรายจะเหมาะสมที่สุด มีการวางแผนป้องกันหนอนกัดกินยอดม่วง และในช่วงที่มันตงหัวจะต้องระวังเรื่องเสียนดิน ลักษณะของสายพันธุ์มันเทศเนื้อสีม่วง

จะแตกต่างจากมันเทศสายพันธุ์อื่นหลายประการ อาทิ ลักษณะเส้นบริเวณหลังใบจะมีสีม่วงเข้ม ดอกมีสีม่วง เมื่อหัวมันแก่สีของหัวจะมีสีแดงเข้มมีลักษณะทรงผลป้อมอ้วน ที่สำคัญเป็นมันที่มีน้ำหนักมากเมื่อเปรียบเทียบกับมันเทศสายพันธุ์อื่น ๆ ในขนาดหัวเท่ากัน เมื่อนำมาประกอบอาหารหวานได้หลากหลายชนิด ตั้งแต่ ฝรั่ง, เชื่อม, แกงบวด, มันต้มน้ำจิ้ม ฯลฯ จะได้มันที่มีเนื้อค่อนข้างแข็ง เนื้อไม่เละง่าย รสชาติอร่อยมาก มันเทศเนื้อสีม่วงที่ได้ออกมานี้เป็นมันเทศสายพันธุ์ที่ "มันค่อมือก" ที่คนไทยรู้จักกันดี เมื่อนำมันเทศเนื้อสีม่วงมาปลูกในเชิงพาณิชย์พบว่าให้ผลผลิตต่อไร่สูงกว่ามันค่อมือกเกือบเท่าตัว (มันค่อมือกให้ผลผลิตประมาณ 1,500 กิโลกรัมต่อไร่ สำหรับมันเทศเนื้อสีม่วงให้ผลผลิตเฉลี่ย 3,000 กิโลกรัมต่อไร่).

ทวีศักดิ์ ชัยเรืองยศ