

ผลิตภัณฑ์กล้วยน้ำว้า

กล้วยน้ำว้ามีชื่อทางพฤกษศาสตร์ว่า *Musa sapientum* Linn. อยู่ในตระกูล Musaceae เป็นพืชเมืองร้อนที่ชอบขึ้นในแถบเหนือและใต้เส้นศูนย์สูตรภายใน ๓๐ องศา โดยทั่วไปจะชอบขึ้นในพื้นที่ที่อุณหภูมิไม่ต่ำกว่า ๒๑-๒๒ องศาเซลเซียส และที่

มีฝนตกไม่น้อยกว่า ๔ นิ้ว และขึ้นได้ในดินแทบทุกชนิด

กล้วยน้ำว้ามีคุณค่าทางอาหาร จากตารางแสดงคุณค่าอาหารไทย กองโภชนาการ กรมอนามัย ดังนี้

ความชื้น	ร้อยละ	๖๖.๕
ไขมัน	”	๐.๔
คาร์โบไฮเดรต	”	๓๑.๒
เส้นใย	”	๐.๖
โปรตีน	”	๑.๐
แคลเซียม	มิลลิกรัม/๑๐๐ กรัม	๑๑.๐
ฟอสฟอรัส	”	๒๔.๐
เหล็ก	”	๐.๗
วิตามิน บี. ๑	”	๐.๐๒
วิตามิน บี. ๒	”	๐.๒๓
ไนอาซีน	”	๐.๑
วิตามิน ซี.	”	๑๒.๐
วิตามิน เอ.	หน่วยสากล	๕๔๐
พลังงานความร้อน	กิโลแคลอรี/๑๐๐ กรัม	๑๑๕

กล้วยน้ำว้านับว่าเป็นอาหารที่มีประโยชน์มากสำหรับคนไทย คือมีวิตามิน เกลือแร่อยู่หลายชนิดใช้รับประทานสดๆ เมื่อสุกได้ตั้งแต่เด็กไปจนถึงผู้ใหญ่ ใช้ประกอบอาหารได้ทั้งคาวและหวาน และใช้ได้ตั้งแต่ดิบไปจนถึงงอม ที่เหลือกินเหลือใช้ก็นำไปแปรรูปได้อีก งานถนอมอาหาร ฯ กองวิทยาศาสตร์ชีวภาพ จึงได้ศึกษาทดลองทำผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ ขึ้น เพื่อเป็นแนวทางการริเริ่มอุตสาหกรรมภายในครอบครัว และเผยแพร่เทคโนโลยีการทำผลิตภัณฑ์อาหารไปสู่ชุมชนเป็นการเพิ่มรายได้ให้กับเกษตรกรได้อีกทางหนึ่ง

ผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ จากกล้วยน้ำว้ามีดังนี้

- กล้วยน้ำว้าแผ่นกรอบ
- แบ่งกล้วยน้ำว้าโดยวิธีตากแดด

- แบ่งกล้วยน้ำว้าโดย Drum dryer
- กล้วยตาก
- กล้วยตากแห้งทั้งเปลือก
- กล้วยคั้นรูป
- กล้วยแผ่นหนา
- กล้วยแผ่นบาง
- น้ำกล้วยน้ำว้าหวานเข้มข้น
- กล้วยฉาบ
- กล้วยน้ำว้าอบเนย
- กล้วยน้ำว้ากวน
- อาหารเสริมสำหรับเด็ก
- แยมกล้วยน้ำว้าผสมมะละกอ
- ข้าวเกรียบกล้วยน้ำว้าสุก

กล้วยน้ำว้าแผ่นกรอบ

ส่วนประกอบ

เนื้อกล้วยน้ำว้า (สุก)	๑,๐๐๐ กรัม
แป้งสาลี	๑๐๐ กรัม
น้ำตาลทรายขาว	๓๐ กรัม
น้ำสะอาด	๑,๐๐๐ กรัม
โซเดียมเมตาไบซัลไฟต์	๑ กรัม
น้ำเกลือเข้มข้นร้อยละ ๕	๑ ลิตร

กรรมวิธี

๑. ล้างน้ำ ปอกเปลือก แช่ผลกล้วยในน้ำเกลือ ร้อยละ ๕ ประมาณ ๓๐ นาที
๒. เอาขึ้น หั่นเนื้อกล้วยเป็นชั้นบาง ๆ ตีแป้ง เติมน้ำตาลทรายขาว น้ำสะอาด โซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ ผสมให้เป็นเนื้อ เดียวกัน
๓. ให้อุ่นประมาณ ๗๐ องศาเซลเซียส เทเข้าเครื่อง Drum dryer
๔. บรรจุแผ่นกรอบที่ได้ในภาชนะที่สะอาดแห้ง และปิดสนิท

แป้งกล้วยน้ำว้าโดยวิธีตากแดด

ส่วนประกอบ

เนื้อกล้วยน้ำว้าแก่จัดแต่ยังดิบ	๑,๐๐๐ กรัม
สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑	๑ ลิตร

กรรมวิธี

๑. กล้วยน้ำว้าดิบล้างน้ำ หนึ่งในล้างถึง นาน ๑๐-๒๐ นาที
๒. ปอกเปลือกกล้วยออก ตัดเนื้อกล้วย เป็นรูปสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ
๓. แช่เนื้อกล้วยในสารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ที่ปรับความเป็นกรด ๓.๓ (โดยใช้กรดมะนาวหรือน้ำมะนาว) ประมาณ ๕ นาที
๔. ตากแดดจนแห้ง ประมาณ ๒ วัน (ถ้าแดดจัด)
๕. บดเป็นแป้ง บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

แป้งกล้วยน้ำว้าโดย Drum dryer

ส่วนประกอบ

เนื้อกล้วยน้ำว้าแก่จัดแต่ยังดิบ	๑,๐๐๐ กรัม
น้ำสะอาด	๑,๐๐๐ กรัม
โซเดียมเมตาไบซัลไฟต์	๑ กรัม

กรรมวิธี

๑. กล้วยน้ำว้าดิบล้างน้ำ หนึ่งในหม้อความดันไอน้ำ ๕-๘ ปอนด์ต่อตารางนิ้ว ประมาณ ๓-๕ นาที
๒. ปอกเปลือกกล้วยออก หั่นเนื้อกล้วย เป็นชั้นบาง ๆ ตามขวาง เติมน้ำและโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ ตีปั่น
๓. เทเข้าเครื่อง Drum dryer ที่ ๕๕-๖๐ ปอนด์ต่อตารางนิ้ว ตีปั่นเป็นผง
๔. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท หมายเหตุ ถ้าตัดใส่กล้วยออก ได้สีของแป้งขาวขึ้น

กล้วยตาก

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุก	๑,๐๐๐ กรัม
สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑	๑ ลิตร

กรรมวิธี

๑. ล้างน้ำ ปอกเปลือก แช่ในสารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑ นาน ๓๐ นาที
๒. ตากในตู้อบลมร้อนไฟฟ้าที่อุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส นาน ๓ ชั่วโมง หรือตากแดดนาน ๒-๓ วัน
๓. ทับให้แบนจนผิวกล้วยตึง แล้วตากต่อไปจนแห้ง
๔. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดฝา หมายเหตุ ถ้าจะให้มีรสหวานหอมอาจชุบน้ำผึ้งก่อนตาก

กล้วยตากแห้งทั้งเปลือก

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุก ๑,๐๐๐ กรัม

สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ

๐.๑ ๑ ลิตร

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วยให้สะอาด ตัดผลกล้วยมีก้าน ติดเล็กน้อย
๒. ลวกกล้วยในสารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑ นาน ๒ นาที เอาขึ้นแช่น้ำเย็น
๓. ตากในตู้อบลมร้อนไฟฟ้าอุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส จนแห้ง
๔. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดฝา

กล้วยคั้นรูป

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุกพอดี

สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ

๐.๕—๑.๐

กรรมวิธี

๑. ปอกกล้วย ผ่าตามยาว ๑—๒ ครั้ง หรือผ่าสี่ หรือผ่าตามแนวทะแยงตามต้องการ
๒. แช่เนื้อกล้วยลงในสารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ทันทีที่หั่นเสร็จ นานประมาณ ๓๐ นาที
๓. เอาชิ้นกล้วยขึ้นจากที่แช่ ลวกในน้ำเดือดนาน $\frac{๑}{๒}$ —๑ นาที ตามขนาดของเนื้อกล้วย
๔. ตากในตู้อบลมร้อนไฟฟ้าอุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส นานประมาณ ๖—๘ ชั่วโมง
๕. บรรจุภาชนะสะอาดแห้งปิดสนิท และให้พื้นแสงสว่างจะเก็บได้นานเกิน ๓ เดือน

วิธีทำให้คั้นรูป นำกล้วยมาต้มในน้ำเดือดประ-

มาณ ๕—๑๐ นาที ก่อนใช้

หมายเหตุ กล้วยคั้นรูปนำมาทำเป็นผลิตภัณฑ์

อาหารได้หลายอย่าง เช่น กล้วย

ทอดเนย กล้วยชุบแป้งทอด กล้วย

แขก กล้วยบวชชี ขนมกล้วย ข้าว

ต้มผัด เป็นต้น

กล้วยแผ่นหนา

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุก

สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ

๐.๑

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วยให้สะอาด ปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ตามขวางของผล
๒. แช่ในสารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑ นาน ๑๕ นาที
๓. บดกล้วยให้ละเอียด เทลงภาชนะที่ทำด้วยกาลีเซอริน ตากในตู้อบลมร้อนไฟฟ้าอุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส จนแห้ง
๔. ทิ้งไว้ให้เย็น ตัดเป็นชิ้นสี่เหลี่ยมใช้ ๒ ชิ้นประกบกัน ท่อด้วยกระดาษแก้วใส
๕. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

กล้วยแผ่นบาง

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุก

สารละลายโซเดียมเมตาไบซัลไฟต์ร้อยละ ๐.๑

กรรมวิธี

๑. เตรียมเนื้อกล้วยบด เช่นเดียวกับวิธีทำกล้วยแผ่นหนา
๒. ร่องถาดอบด้วยกระดาษแก้วใส
๓. ตักเนื้อกล้วยบดลงบนกระดาษแก้วให้เป็นแผ่นกลมบาง

๔. นำเข้าตากในตู้อบลมร้อนไฟฟ้าที่อุณหภูมิ ๗๐ องศาเซลเซียส จนกล้วยแผ่นแห้ง หรือตากแดดจนแห้ง ลอกกล้วยแผ่นออกจากกระดาษแก้ว
๕. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

น้ำกล้วยน้ำว้าหวานเข้มข้น

ส่วนประกอบ

เนื้อกล้วยน้ำว้าสุกบด	๕๐๐ กรัม
น้ำเชื่อม (๑ : ๑)	๑,๕๐๐ กรัม
กรดซิตริก (กรดมะนาว)	๓ กรัม
หรือประมาณ $\frac{๑}{๒}$ - ๑ ช้อนชา	

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วย ปอกเปลือก หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ ตีให้ละเอียดโดยเครื่องตีไฟฟ้า
๒. ทำน้ำเชื่อมโดยใช้น้ำตาลทราย ๑,๐๐๐ กรัม และน้ำสะอาด ๑,๐๐๐ กรัม ต้มให้เดือด กรอง
๓. เอาเนื้อกล้วยบดมาผสมกับน้ำเชื่อมร้อน กรอง ต้มให้เดือด เติมกรดซิตริก
๔. บรรจุขวดที่สะอาดและฆ่าเชื้อแล้ว ปิดสนิท

- หมายเหตุ ๑. ถ้าเก็บในตู้เย็นไม่ต้องใส่สารกันเสีย
๒. ถ้าเก็บที่อุณหภูมิห้องควรเติมสารกันเสียไซเตียมเบนโซเอท ประมาณ ๐.๕ กรัม หรือประมาณ $\frac{๑}{๘}$ ช้อนชาต่อน้ำกล้วยน้ำว้าหวานเข้มข้น ๑,๐๐๐ กรัม ก่อนบรรจุขวด เพื่อเก็บผลิตภัณฑ์ได้นาน
- กล้วยฉาบ**

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าแก่จัดแต่ยังดิบ	๑ หวี (๑๕ ผล)
----------------------------	---------------

น้ำตาลทรายขาว	๑๐๐ กรัม หรือ
	ประมาณ ๘ ช้อนโต๊ะ
น้ำมันสำหรับทอด	
น้ำเกลือเข้มข้นร้อยละ ๒	

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วย ปอกเปลือก ล้างน้ำเกลือ
๒. หั่นบางๆตามยาวหรือตามขวางของผลกล้วย ล้างน้ำเกลืออีกครั้ง ผึ่งให้แห้ง
๓. ทอดในน้ำมันร้อนให้กรอบ
๔. นำกล้วยน้ำว้ากรอบมาจมน้ำตาลทรายขาว
๕. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

กล้วยน้ำว้าอบเนย

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าแก่จัดแต่ยังดิบ	๑ หวี (๑๕ ผล)
เนย	๓๐ กรัม หรือ
	ประมาณ ๒ ช้อนโต๊ะ
เกลือป่น	๒ กรัม หรือ
	ประมาณ $\frac{๑}{๘}$ ช้อนชา
น้ำมันสำหรับทอด	

กรรมวิธี

๑. เตรียมกล้วยเหมือนกล้วยฉาบทุกอย่าง
๒. นำกล้วยทอดคลุกกับเนยและเกลือป่น อบในเตาอบที่อุณหภูมิ ๒๕๐ องศาเซลเซียส ประมาณ ๕ นาที
๓. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

กล้วยน้ำว้ากวน

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว้าสุกงอม	๒ หวี (๓๐ ผล)
น้ำตาลปีบ	๑,๐๐๐ กรัม
มะพร้าว	๑,๐๐๐ กรัม

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วย ปอกเปลือก หั่นหรือยีกล้วยให้ละเอียด

๒. คั้นกะทิ เอาเฉพาะแต่หัวกะทิ ให้ได้ ๕๐๐ กรัม หรือประมาณ ๒ ถ้วย
๓. ผสมกะทิ น้ำตาล กล้วย คนให้เข้ากัน ตั้งไฟอ่อน ๆ กวนจนเหนียวแห้ง
๔. ห่อกระดาษแก้วหรือบรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

อาหารเสริมสำหรับเด็ก

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว่าสุก
กรดซิตริก (กรดมะนาว)

กรรมวิธี

๑. ล้างกล้วย หนึ่งถ้วยล้างถึงนาน ๑๐ นาที ปอกเปลือก คว้านไส้ออก
๒. ผสมเนื้อกล้วยและน้ำในอัตราส่วน ๒ : ๑ ตีปั่น เติมกรดซิตริกร้อยละ ๐.๒ ผ่านตะแกรงเบอร์ ๒๕
๓. บรรจุขวดสะอาดและฆ่าเชื้อแล้ว หนึ่งลิ้ออากาศนาน ๓๐ นาที
๔. ปิดฝาขณะยังร้อน ต้มฆ่าเชื้อในน้ำเดือด ๓๐ นาที
๕. ทิ้งให้เย็น

หมายเหตุ ถ้าต้องการเพิ่มคุณค่าอาหารโปรตีน อาจเติมน้ำมันถั่วเหลือง ไข่แดง ฯลฯ แทนน้ำ

แยมกล้วยน้ำว่าผสมมะละกอ

ส่วนประกอบ

กล้วยน้ำว่า ๑๐๐ กรัม

มะละกอ ๑๐๐ กรัม
น้ำตาล ๒๕๐ กรัม
กรดซิตริก (กรดมะนาว) ๓ กรัม หรือประมาณ ๑ ช้อนชา

กรรมวิธี

๑. หนึ่งถ้วย ๑๐ นาที ปอกเปลือกคว้านไส้และเมล็ดออก
๒. ปอกเปลือกมะละกอ หั่นเนื้อเป็นชิ้นเล็ก ๆ
๓. นำเนื้อกล้วยและเนื้อมะละกอดีบ่ด้วยกัน เติมส่วนผสมอื่น ๆ ตั้งไฟจนแยมได้ที่
๔. บรรจุขวดแก้วสะอาดและฆ่าเชื้อแล้วขณะร้อน ปิดฝา

ข้าวเกรียบกล้วยน้ำว่า

ส่วนประกอบ

เนื้อกล้วยน้ำว่าบด ๕๐๐ กรัม
แป้งมัน ๕๐๐ กรัม
เกลือ ๑๐ กรัม

กรรมวิธี

๑. นำส่วนผสมทั้งหมดผสมกัน ยกขึ้นตั้งไฟคนให้แบ่งติบ ๆ สุก ๆ
๒. นวดจนไม่ติดมือ และปั้นเป็นก้อนยาว ๆ ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๑ นิ้ว หนึ่งประมาณ ๓๐ นาที ผึ่งลมให้แห้งหมาด
๓. หั่นชิ้นบาง ๆ ตากแดดให้แห้งสนิท
๔. บรรจุในภาชนะสะอาดแห้ง และปิดสนิท

