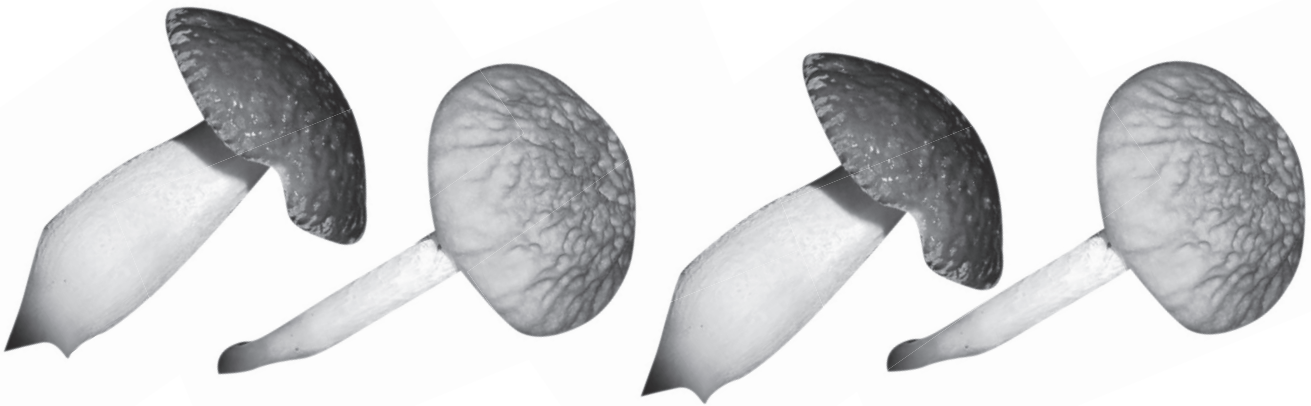


การใช้ประโยชน์เห็ดอูติมาน

จิรากรณ บุรากร*



เห็ดอูติมานมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า *Oudemansiella canarii* (*O.canarii*) พบทั่วไปในเขตร้อน เช่น ในอเมริกากลางและอเมริกาใต้ แอฟริกาและเอเชีย สามารถอาศัยในระบบนิเวศพืชที่แตกต่างกัน เป็นสายพันธุ์เห็ดที่รับประทานได้ เป็นเห็ดที่เจริญเติบโตจากรากไม้ผุ เห็ดอูติมานนอกจากจะใช้ประโยชน์ในการบริโภค ซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีปริมาณโปรตีน ไขมันและแร่ธาตุชนิดต่างๆ เช่น ทองแดง เหล็ก และ สังกะสี ในปริมาณสูงแล้ว เห็ดอูติมานยังสามารถนำมาใช้เพื่อบำรุงสุขภาพ เป็นยา มีฤทธิ์ยับยั้งเซลล์เนื้องอก นอกจากนี้เห็ดอูติมานยังมีคุณค่าทางการเกษตร โดยมีการศึกษาพบว่าสารสกัดเห็ดมีฤทธิ์ยับยั้งจุลินทรีย์ก่อโรคพืช เช่น *Cladosporium sphaeroperum* มีฤทธิ์ยับยั้งเชื้อราก่อโรคผิวหนัง เช่น *Candida albicans*, *Candida glabrata*, *Candida krusei* และ *Candida tropicalis* เป็นต้น สารสำคัญที่พบในเห็ดคือ สาร oudermansins และ strobilurins ซึ่งเป็นสารใช้กำจัดวัชพืชได้

ในประเทศไทย อัจฉรา (2545) ได้พบเห็ดอูติมานจาก 2 แหล่ง คือ จังหวัดนราธิวาสและจังหวัดตาก ซึ่งลักษณะของเห็ดมีหมวกดอกมีขนาดกว้าง 2-8 เซนติเมตร สีน้ำตาลดำจากกลางหมวกแล้วจางลงบริเวณขอบหมวก ผิวหมวกมีเมือกเหนียว ขณะอ่อนขอบหมวกจะงุ้มลงและยกขึ้นเมื่อดอกแก่ ก้านสีขาว ไม่กลวงมีขนอ่อน

ดอกเห็ดจากสายพันธุ์จากนราธิวาสและสายพันธุ์จากตากมีความต่างกันอยู่บ้าง โดยที่สายพันธุ์จากนราธิวาสมีผิวหมวกลักษณะคล้ายตาข่าย ย่น มีความหนืดและกลางดอกมีสีเข้มกว่า ส่วนก้านดอกจะตรงและค่อนข้างแข็ง มีสีขาว ส่วนสายพันธุ์จากตาก ผิวหมวกไม่เป็นตาข่าย มีสีเข้มและมีเกล็ดขาวกระจายทั่วผิวหน้าหมวก ส่วนก้านค่อนข้างสั้น ปลายก้านเป็นกระเปาะมีสีเทาเข้มถึงดำ รูปร่างก้านไม่เรียวยาว



รูปที่ 1 ลักษณะดอกเห็ดอูติมาน สายพันธุ์นราธิวาส (ขวา) และสายพันธุ์ตาก (ซ้าย) (อัจฉรา,2545)

* นักวิทยาศาสตร์ชำนาญการ สำนักเทคโนโลยีชุมชน



อัจฉราและคณะ (2552) (ตารางที่ 1) พบว่าเห็ด
 อุดิมานสายพันธุ์ที่พบในจังหวัดตากมีปริมาณ โปรตีนสูง แต่มี
 ปริมาณไขมันต่ำ และยังมีไฟเบอร์ปริมาณสูง มีเกลือแร่ชนิด
 ต่างๆ ปริมาณสูง ได้แก่ ฟอสฟอรัส เหล็ก โซเดียม วิตามินบี1

วิตามินบี2 นอกจากนี้เห็ดอูดิมานยังมีกลิ่นและรสชาติที่ดี
 ดังนั้น เห็ดอูดิมานสายพันธุ์ที่พบในจังหวัดตากจึงเหมาะสม
 ที่จะใช้เป็นวัตถุดิบปรุงอาหารที่มีแคลอรีต่ำ โปรตีนสูง

ตารางที่ 1 ค่าวิเคราะห์สารอาหาร เกลือแร่ของ *Oudemansiella canarii* สายพันธุ์ที่พบในจังหวัดตาก

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ (ต่อเห็ด 100 กรัม)	รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ (ต่อเห็ด 100 กรัม)
โปรตีน	2.30 กรัม	แคลเซียม	2.28 มิลลิกรัม
ไขมัน	0.06 กรัม	ฟอสฟอรัส	95.23 มิลลิกรัม
ความชื้น	87.81 กรัม	เถ้า	1.23 กรัม
ใยอาหาร	3.80 กรัม	สังกะสี	0.52 มิลลิกรัม
คาร์โบไฮเดรต	8.60 กรัม	ซีลีเนียม	0.0003 มิลลิกรัม
จำนวนแคลอรีที่มาจากไขมัน	0.54 กิโลแคลอรี	โซเดียม	7.0 มิลลิกรัม
แคลอรี	44.14 กิโลแคลอรี	วิตามิน บี1	0.06 มิลลิกรัม
เหล็ก	0.65 มิลลิกรัม	วิตามิน บี2	0.16 มิลลิกรัม

วิเคราะห์ ณ ห้องปฏิบัติการกลาง (แห่งประเทศไทย) จำกัด พ.ศ.2552

จากการศึกษาคุณสมบัติของเห็ดดอติมานร่วมกับ เป็นเห็ดรับประทานได้ จึงเป็นข้อมูลสนับสนุนศักยภาพในการนำเห็ดดอติมานไปประยุกต์ใช้ในทางอาหารและอาหาร เพื่อสุขภาพ กรมวิทยาศาสตร์บริการ จึงมีโครงการศึกษา สมบัติของเห็ดในด้านการใช้งานแก่ลำดับดีเอ็นเอ ปริมาณสารอาหาร เกลือแร่จาก ดอกเห็ดสดและแห้ง กระบวนการทำให้ เห็ดแห้ง การสกัดและแยกสารสำคัญจากดอกเห็ด วิเคราะห์ ปริมาณสารสำคัญ เช่น สารต้านอนุมูลอิสระ เบต้า-กลูแคน

โพลีแซคคาไรด์ ตลอดจนพัฒนาสูตรผลิตภัณฑ์อาหารเห็ด ชนิดใหม่ ซึ่งมีคุณค่าทางโภชนาการสูง เป็นประโยชน์ต่อ สุขภาพ และจะพัฒนาผลิตภัณฑ์ให้สะดวกต่อการบริโภค สอดคล้องกับวิถีชีวิตสมัยใหม่ และเพื่อเป็นโอกาสส่งออก จำหน่ายต่างประเทศ โดยพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ ชุปเห็ดกึ่ง สำเร็จรูป ซึ่งเมื่อผลงานวิจัยสำเร็จในปี 2558 จะได้นำเสนอ ให้ทราบถึงสูตรผลิตภัณฑ์ ชุปเห็ดกึ่งสำเร็จรูปที่สามารถนำไปผลิต จำหน่าย สร้างรายได้ต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- Di Piero, R. M., N.A. Wulff, S. F. Pascholati. Partial purification of elicitors from *Lentinula edodes* basidiocarps protecting cucumber seedlings against *Colletotrichum lagenarium*. *Brazilian Journal of Microbiology*, 2006, vol. 37, no.2, p.175-180.
- Marina, Capelari. Cultivation of the edible mushroom *Oudemansiella canarii* (Jung) Hohn. In *Lignocellulosic substrates*. *Brazilian Journal of Microbiology*, 2001, vol.32, no.3, p.211-214.
- อัจฉรา พยัพพานนท์. เห็ดสกุล *Oudemansiella* จะเป็นเห็ดพิษหรือไม่. 2545. เอกสารวิชาการกองโรคพิษ และจุลชีววิทยา กรมวิชาการเกษตร.
- อัจฉรา พยัพพานนท์ พจนา ตระกูลสุวรรณ์ และอุทัยวรรณ แสงวณิช. 2552. การรวบรวมและคัดเลือกพันธุ์เห็ด *Oudemansiella* spp. จากแหล่งต่างๆ เพื่อเป็นพันธุ์ทางการค้า. เอกสารวิชาการสำนักวิจัยพัฒนาการอารักขา กรมวิชาการเกษตร.