

เดลินิวส์

ฉบับที่ 19,047 วันพฤหัสบดีที่ 6 ธันวาคม พ.ศ. 2544

หน้า 24

ปลูก 'บัวบก' ข้างบ้าน ใบจิ้มน้ำพริก-คั้นเป็นยา



ให้ความชื้นและอยู่ข้างก็เป็นพอ สำหรับผู้ที่สนใจ ต้องการปลูกไว้บริเวณบ้าน แต่ทว่าพื้นที่มีน้อย ไม่แน่ใจว่าจะทำได้หรือไม่ คิดตามต่อไปแล้วจะแน่ใจได้เลยว่า เรื่องนั้นไม่เป็นปัญหา

ว่ากันถึงเรื่องต้น "บัวบก" แทบทุกคนจะรู้จักกันเป็นอย่างดี ด้วยเป็นพืชล้มลุกชนิดกินได้ หลายคนนิยมนำใบมาเป็นเคียงกินกับน้ำพริก สลัดหรือน้ำตกก็ได้ แลก็มีสรรพคุณทางยา เช่น คั้นเอาน้ำจากใบแก้ช้ำใน แก้อ่อนเพลีย บำรุงหัวใจ และขับปัสสาวะ เป็นต้น บัวบกขึ้นได้ง่ายสามารถขึ้นได้ในดินแทบทุกชนิด เพียง

บัวบก เป็นไม้เลื้อยสูงประมาณ 15-20 เซนติเมตร มีรากงอกออกมาข้อของลำต้น ก้านใบงอตรงจากดิน ใบเดี่ยวออกเป็นกระจุก 2-6 ใบ มีดอกออกไปทางสีม่วงแดงเข้ม ส่วนที่ใช้บริโภค คือใบและเถา ขยายพันธุ์โดยการปักชำหรือเพาะเมล็ดและไหล การปลูก เริ่มต้นด้วยการเตรียมดินเช่นเดียวกับการปลูกผัก

อื่น ๆ โดยทั่วไปขนาดของแปลงไม่ควรน้อยกว่า 1 เมตร ส่วนความกว้าง ให้พื้นที่เป็นปัจจัยในการกำหนด หรือความต้องการของผู้ปลูก ตลอดจนความสะดวกในการใช้พื้นที่เป็นประจำที่สำคัญ ควรปลูกในระยะ 15x15 เซนติเมตร แล้วรดน้ำตามทันทีทุกวันเช้าและเย็น จากนั้นประมาณ 1 อาทิตย์ ให้โรยปุ๋ยเคมีสูตรเสมอ 15-15-15 ในอัตราพอเหมาะกับพื้นที่



กลางสาด ก็สามารถ ใช้ลำต้นมะเขือเทศหันให้ละเอียดประมาณ 2 กำมือแช่น้ำร้อนประมาณ 2 ลิตรทิ้งไว้ 5 ชั่วโมง แล้วกรองน้ำนำมาลีดพัน จะสามารถแก้ปัญหาเรื่องหนอนเข้าทำลายแปลงปลูกบัวบกได้

เมื่อบัวบกเจริญเติบโต ควรจัดแต่งบ้าง ในบางโอกาส อย่างเช่น ช่วงที่บัวบกเริ่มไหลออกนอกพื้นที่ที่กำหนดควรตัดหน้าดินเป็นแนวตรงโดยรอบของแปลง เก็บบัวบกส่วนนั้นทิ้ง เพื่อให้รูปทรงของแนวไหลของบัวบกจะเล็ดสวยงาม และไม่เป็นการเพิ่มพื้นที่การขยายออกของบัวบกอีกด้วย ส่วนศัตรูของบัวบก มักจะมี หนอนเข้ามากัดเจาะใบกิน ฉะนั้นจะต้องหมั่นดูแลในเรื่องนี้ให้ดี หากพบตัวหนอน ให้ใช้เมล็ดกลางสาดประมาณ 1-2 กิโลกรัม บดให้ละเอียดผสมกับน้ำสะอาด 1 ปี๊บ ทิ้งไว้ประมาณ 12 ชั่วโมงแล้วกรองเอาแต่น้ำไปลีดพันให้ทั่วแปลง หรือหากไม่มีเมล็ด

หลังจากปลูกและดูแลรักษามาประมาณ 60-90 วัน ท่านก็จะเก็บเกี่ยวได้ การเก็บควรใช้เสียมเหล็ก ขุดเจาะบริเวณใต้รากแล้วดึงเอาต้นบัวบกออกมาล้างน้ำทำความสะอาด พร้อมเก็บใบที่ออกสีเขียวหรือใบแห้งเหี่ยวออก เพราะใบแบบนี้ หากรับประทานเข้าไป จะทำให้มีรสขมและเฝื่อน ๆ ในลำคอ หากมีเป้าหมายปลูกเป็นพืชคลุมดินหรือเพื่อประดับสร้างพื้นที่ให้เป็นสีเขียว ที่บางโอกาสอาจนำมารับประทานบ้าง ก็ไม่ควรเก็บด้วยวิธีนี้ หากแต่ควรใช้การเด็ดก้านใบที่เห็นว่าเป็นนั้น ๆ มีความสมบูรณ์เต็มที่ เอาออกมาตามควรแก่ความต้องการ ท่านก็จะจะมีบัวบกอยู่ในแปลงตลอดไป และหากรดน้ำให้ชุ่มทุกวันทั้งเช้าและเย็น แม้ยามหน้าแล้งบัวบกก็จะไม่ตายนะครับ.

ดีออกเตอร์. พี.