

ผลิตภัณฑ์จากโอบหม่อน (ชาหม่อน)

การแปรรูปผลิตภัณฑ์จากโอบหม่อน (ชาหม่อน)



ชาโอบหม่อน สมุนไพรจากโอบหม่อน เครื่องดื่มบำรุงสุขภาพ ได้เผยแพร่สู่สาธารณชน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 และเปิดหลักสูตรการทำชาโอบหม่อน เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ 2541 เป็นต้นมาทำให้ ชาหม่อนหรือชาโอบหม่อนแพร่หลายเพราะรสชาติและคุณสมบัติที่ดีของหม่อนเป็นที่ต้องการของผู้บริโภค อีกทั้งดื่มได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ ดื่มได้ทั้งร้อนและเย็น

เป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้วว่าโอบหม่อนมีสารดีออกซิโนจิริมายซิน (Deoxynojirimycin) ซึ่ง สารนี้มีผลในการลดระดับน้ำตาลในเลือด มีสาร กาบมา (GABA – gamma amino butyric acid) ที่มี คุณสมบัติในการลดความดันโลหิต และสาร ไฟโตสเตอรอล (Phytosterol) ที่มีประสิทธิภาพในการ ลดระดับคอเลสเตอรอล แร่ธาตุ และวิตามิน ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายโดยรวมสูงกว่าใบชา อาทิ แคลเซียม โปรแตสเซียม โซเดียม แมกนีเซียม เหล็ก สังกะสี วิตามินเอ วิตามินบี อีกทั้งยังมี กรดอะมิโน ที่จำเป็นต่อร่างกายครบทุกชนิด ชาวอีสานได้ใช้โอบหม่อนปรุงอาหารแทนผงชูรส และเป็น ส่วนประกอบของอาหารพื้นบ้านได้หลายชนิด เช่น คัมย้า แกงอ่อม และผักเคียง ฯลฯ มาเป็น เวลาช้านานแล้ว ปัจจุบันชาโอบหม่อนได้เข้ามาสู่อุตสาหกรรมอาหารต่าง ๆ เช่น ไอศกรีมชาเขียวโอบ หม่อน เด็กชาโอบหม่อน ลูกก็โอบหม่อน บะหมี่โอบหม่อน

โอบหม่อนยังมีประโยชน์อีกมาก ดังจะเห็นได้จากมีการศึกษาหาข้อมูลเพิ่มเติม เรื่อยมา ตั้งแต่ชาโอบหม่อนได้กลายเป็นผลิตภัณฑ์ที่รู้จักกันโดยทั่วไป เกษตรกร และผู้ประกอบการ สามารถยึดเป็นอาชีพได้ อีกทั้งสินค้าหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์ของหลายๆ จังหวัด มีการเติบโต อย่างต่อเนื่องทั้งตลาดต่างประเทศและตลาดภายในประเทศ เพื่อให้เกิดการใช้โอบหม่อนหรือชาโอบ

หม่อนได้กว้างขวางมากขึ้น พบว่า ในใบหม่อนมีสาร เควอซิติน (quercetin) และ เคมเฟอรอล (kempferol) ซึ่งเป็นสารกลุ่ม ฟลาโวนอยด์ (Flavonoids) ที่มีคุณสมบัติ ดังนี้

1. ป้องกันการดูดซึมของน้ำตาลในลำไส้เล็ก
2. ทำให้กระแสเลือดหมุนเวียนดี และหลอดเลือดแข็งแรง
3. ชะลอการเกิดสารก่อมะเร็งเม็ดเลือด มะเร็งเต้านม และมะเร็งลำไส้ใหญ่
4. ลดอาการแพ้ต่าง ๆ และยืดอายุเม็ดเลือดขาว
5. สารทั้ง 2 ชนิดนี้ สามารถดูดซึมเข้าสู่ร่างกายทางลำไส้เล็กและไม่เปลี่ยนแปลงสภาพ
6. พืชใช้สารเหล่านี้เพื่อให้ทนต่อลม ฝน แสงแดด ซึ่งร่างกายมนุษย์ไม่สามารถสร้างขึ้นเองได้ ต้องอาศัยจากพืช

นอกจากนั้นยังพบสารโพลีฟีนอลโดยรวม (polyphenols) ซึ่งมีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระได้ดีกว่าสารสำคัญ 2 ชนิด ที่กล่าวมาข้างต้น เป็นที่น่าสังเกตว่า สารสำคัญเหล่านี้จะพบมากในใบหม่อนส่วน ยอด มากกว่า ใบอ่อน และพบในใบอ่อนมากกว่าใบแก่ ดังนั้นการจำหน่ายชาใบหม่อนที่ทำจากส่วนยอดควรมีราคาสูงกว่าชาใบหม่อนที่ทำจากใบอ่อน และใบแก่ตามลำดับ การปลูกหม่อนในสถานที่ต่างกันก็ทำให้สารสำคัญที่ได้แตกต่างกัน เช่นเดียวกับพันธุ์หม่อน ปัจจุบันพบว่าพันธุ์บุรีรัมย์ 60 (บร.60) และพันธุ์นครราชสีมา 60 (นม.60) เป็นพันธุ์ที่ให้สารสำคัญสูงกว่าหม่อนพันธุ์เมือง การผลิตชาใบหม่อนในรูปของชาเขียวทั้งการผลิตแบบครัวเรือนและโรงงานจะให้ปริมาณสารเควอซิติน เคมเฟอรอล และโพลีฟีนอลโดยรวมสูงสุด ดังนั้นการผลิตชาใบหม่อนควรผลิตด้วยกระบวนการผลิตชาเขียว และใช้วิธีการนึ่งหรือผ่านไอน้ำเดือดเป็นเวลา 1 – 2 นาที แทนวิธีการเดิมที่เคยแนะนำให้ลวกน้ำร้อน 20 วินาทีแล้วจุ่มน้ำเย็นทันที เนื่องจากวิธีนี้สารออกฤทธิ์ในใบหม่อนจะสูญเสียไปส่วนหนึ่ง

การผลิตชาเขียวใบหม่อน

วัสดุอุปกรณ์

1. ใบหม่อนสด
2. มีด
3. เขียง
4. หม้อ หรือ ซึ้ง หรือ หวด
5. กระทะ
6. เตาแก๊ส
7. ผ้าขาว

8. น้ำตาล

วิธีการ

1. คัดใบหม่อนที่ไม่มีคุณภาพออก เช่น ใบเหลือง ใบเป็นโรค หรือมีสิ่งเจือปน
2. นำใบหม่อนมาเรียงซ้อนกันเพื่อให้ง่ายต่อการหัน
3. นำใบหม่อนสดมาตัดก้านออกและหันให้มีขนาดประมาณ 1×4 ซม.
4. นึ่งไอน้ำนาน 4 นาที โดยพลิกกลับหน้าหม่อนเมื่อครบ 2 นาที เมื่อครบกำหนดให้เอาใบหม่อนลงตั้งพักไว้
5. ตั้งกระทะด้วยไฟอ่อนๆ แล้วนำหม่อนที่พักไว้ลงคั่วในกระทะ
6. นวดใบหม่อนแรงๆ เพื่อให้ใบหม่อนแตกซ้าและมีวนเป็นตัว คั่วจนกระทั่งใบหม่อนแห้งกรอบ
7. อบแห้งในตู้อบที่ 80 องศาเซลเซียส นาน 1 ชม.
8. บรรจุในถุงพลาสติกใสแห้ง หรือกล่องที่ปิดมิดชิด

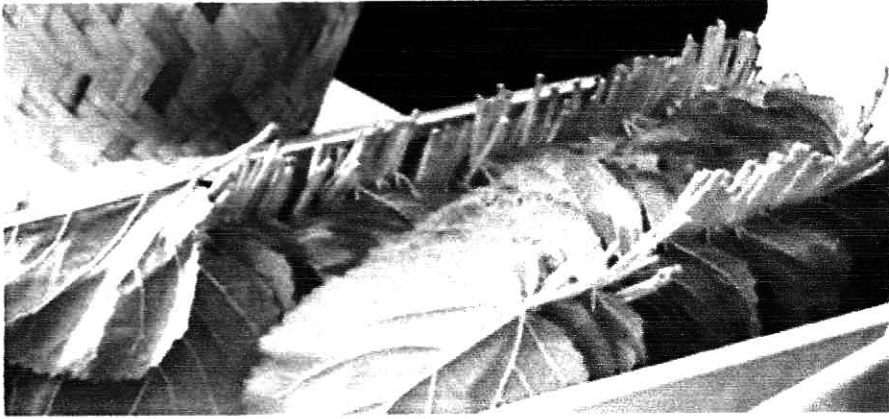
หมายเหตุ

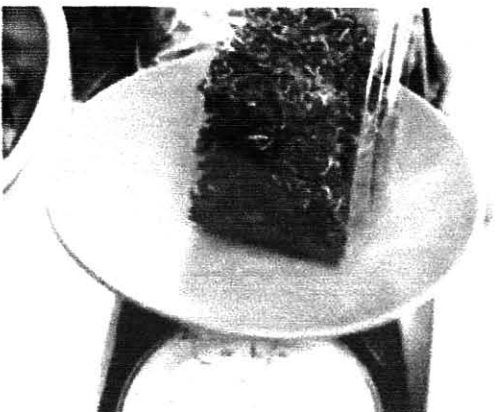
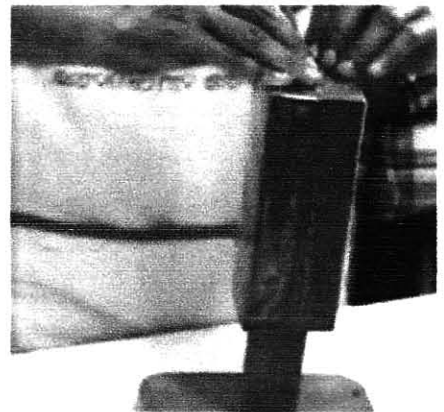
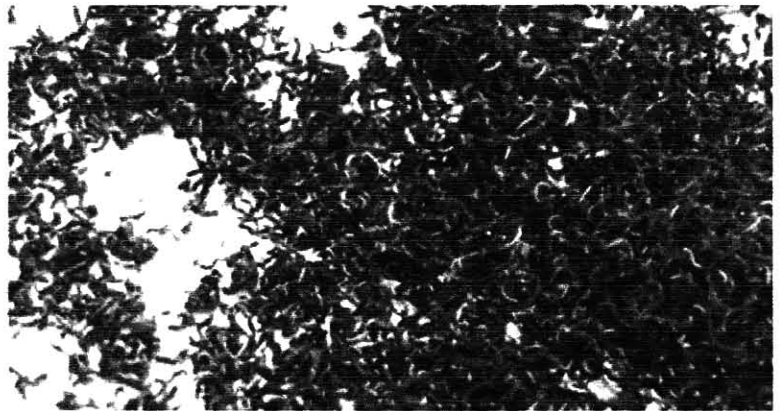
1. การเก็บใบหม่อนที่ดี ควรเก็บจากล่างขึ้นบน และเลือกใบที่ไม่แก่เกินไป โดยสังเกตจากการกำใบหม่อน ใบหม่อนที่ดีเมื่อกำแล้วจะคืนรูปได้ ไม่แตกกรอบ
2. แสงมีผลต่อคุณภาพของผลิตภัณฑ์ ดังนั้น จึงควรหลีกเลี่ยงการเก็บผลิตภัณฑ์ไว้ภายใต้แสงแดด
3. สามารถแต่งรสหวานได้ตามใจชอบ อีกทั้งสามารถใส่น้ำมะนาวเพื่อเพิ่มรสชาติเป็นขามะนาวได้อีกด้วย

ข้อควรระวัง

ผู้ที่มีน้ำตาลในเลือดต่ำควรหลีกเลี่ยงชาชนิดนี้ เพราะจะทำให้ระดับน้ำตาลยิ่งลดลง

ภาพการผลิตชาใบหม่อน





ที่มา: นายวิโรจน์ แก้วเรือง ผู้เชี่ยวชาญด้านผลิตภัณฑ์หม่อนไหม สำนักวิจัยและพัฒนาหม่อนไหม