

# สารบัญ

ทำความรู้จักกับข้าวกล้องงอก	12
กำเนิดข้าวกล้องงอก	12
ข้าวกล้องงอก คือ อะไร	14
คุณประโยชน์ของสารองค์ประกอบในข้าวกล้องงอก	17
“ข้าวกล้อง” ข้าวที่ได้รับความนิยมในช่วงแรก	22
การทดลองเพาะข้าวงอก	27
การทดลองหุงข้าวงอก	29
มหาวิทยาลัยขอนแก่นดำเนินงานวิจัยเสริมภูมิปัญญาชาวบ้านต้านโรคร้าย	31
ความแตกต่างระหว่าง “ข้าวกาบา และ ข้าวฮาง”	34
อ.ภูเวียง ผลิตข้าวกล้องงอกด้วยเทคโนโลยีผสมผสาน	49
ข้าวหอมมะลิแดง	59
รวมกลุ่มโดยได้รับการสนับสนุนจาก พอช.	65
ข้าวฮางคืออะไร	67
ข้าวที่นำมาทำข้าวฮาง	68
ข้าวเหนียวที่ใช้นำมาผลิต “ข้าวฮางยา”	69
ข้าวฮางจะแบ่งออกเป็น 3 ชนิด	70
วิธีการผลิตข้าวฮางยา	73

# สารบัญ

การรับซื้อข้าวนำมาผลิตเพื่อส่งตลาด	74
วิธีทำน้ำข้าวกล้องงอก	78
น้ำข้าวกล้องจากข้าวสีนิล	79
ขั้นตอนเตรียมข้าวกล้องงอก	81
ขั้นตอนการเตรียมถั่วเหลืองและธัญพืชอื่นๆ	81
มาหุงข้าวกล้องงอกกันเถอะ	85
วิธีทำข้าวฮางกาบา	86
สรรพคุณของข้าวฮางกาบา	86
สายพันธุ์ข้าวที่เหมาะสมสำหรับการทำข้าวกล้อง	87
ข้าวหอมนิล	88
คุณประโยชน์ของสีม่วงในข้าวเจ้าหอมนิล	92
แม่ค้าขายน้ำข้าวกล้องงอก จากโรงสีพระราชทานสร้างความรำรวย	96
เทคโนโลยีข้าวกล้องงอก	99
รายละเอียดเครื่องสีข้าวกล้องงอก V5.9 วิทยาลัยเทคนิคสกลนคร	99
หลักการทำงานเครื่องสีข้าวกล้องงอก V5.9	100
ข้าวกล้องงอกสินค้าที่เปิดโอกาสของชาวไทย	105

ช่อ  
๒๓ ๓.๑.๕๕

1

# ข้าวกล้องงอก



เลขหมู่ ๖๔๑.๕๖๓๗  
๗ ๒๗  
๒๕๕๔  
เลขทะเบียน ๑๘๗๒๕  
วันที่ ๒๗ ต.ค. ๒๕๕๕  
๑๑๓๕๑๖

BSTI DEPT. OF SCIENCE SERVICE  
สำนักหอสมุดฯ กรมวิทยาศาสตร์บริการ  
  
1110013488

เจ้าของ : สำนักพิมพ์พงษ์สาส์น  
บรรณาธิการ, ผู้พิมพ์, ผู้โฆษณา : สมพงษ์ บัวแย้ม  
กองบรรณาธิการ : อ.นวลละออง จันทร์ทวี, อ.ทัศนีย์ โรจน์เรืองกุล, พิณรี บัวแย้ม  
ศิลปกรรม : วรางคณา ดำรงธรรม และทีมงาน  
สำนักงานติดต่อ : ๔๓/๑๕ หมู่ ๑ หมู่บ้านไพรดา ๕ ซอยร่วมใจ แสมดำ บางขุนเทียน  
กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๕๐ โทร. ๐๘๕-๑๖๒-๐๒๒๕  
พิมพ์ที่ : วรุฒิ การพิมพ์