



เท้ายายม่อม

พืชหัวให้แป้ง



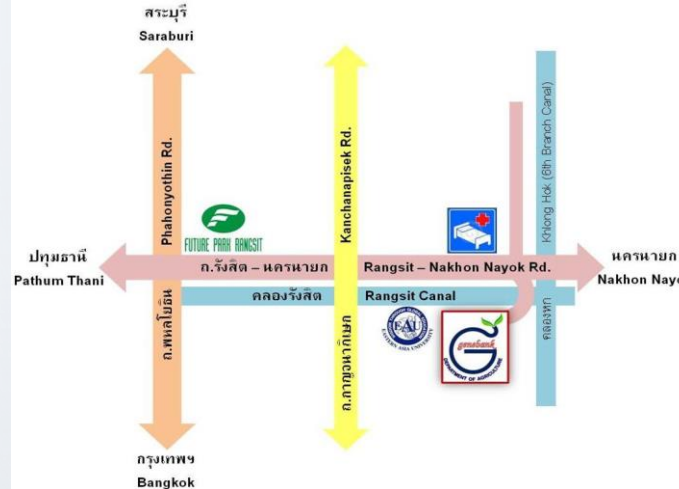
จัดทำโดย

สุพินญา บุญมานพ

ปาริฉัตร สังข์สะอาด สุกัลยา ศิริพองนุกุล



สถานที่ติดต่อ



กลุ่มวิจัยพัฒนารานาการเชื้อพันธุพืชและจุลินทรีย์

สำนักวิจัยพัฒนาเทคโนโลยีชีวภาพ

กรมวิชาการเกษตร

โทร : 02-579-3170

<https://www.doa.go.th/genebankthailand/>



ภาพที่ 3 หัวเท้ายายม่อมขนาด 200-600 กรัม และแป้งเท้ายายม่อม

แป้งเท้ายายม่อม มีลักษณะสีขาวเม็ดเล็กละเอียด (ภาพที่ 5) ในด้านโภชนาการเป็นแป้งที่มีคุณสมบัติพิเศษ มีความคงตัวดีเมื่อเปรียบเทียบกับแป้งที่ทำจากมันสำปะหลัง มันสำคั่ว ข้าวโพด ข้าว เช่น ขนมหเทียนแก้ว ขนมหิ้วยาว ขนมน้ำดอกไม้ เต้าส่วน ขนมนมขี้ เป็นต้น เนื่องจากเป็นต้นที่มีความมันวาวใส่น้ำรับประทาน และส่วนประกอบในการทำอาหาร เช่น น้ำราดหน้า ออส่วน กระจ่างปลา ซุปเห็ด หอยทอด เป็นต้น ในปัจจุบันเป็นที่ต้องการขอตลาดผู้ผลิตขนมไทย และการต่อยอดโดยการนำเป็นส่วนผสมในขนมโดฟูกู พุดดิ้ง แป้งเท้ายายม่อมตามท้องตลาดซึ่งมีราคาแพง 500-600 บาทต่อกก. ข้อสังเกต คือแป้งเท้ายายม่อมตามท้องตลาดราคา 80-100 บาทต่อกก. นั้นเป็นแป้งที่ผสมกับแป้งชนิดอื่น



ภาพที่ 4 ขั้นตอนการแปรรูปแป้งเท้ายายม่อม

แป้งท้าวยายม่อม

นิยมบริโภคตั้งแต่สมัยโบราณเป็นพืชล้มลุกลงหัวอยู่ในวงศ์ถั่ว (Dioscoreace) มีชื่ออื่นๆ เช่น บุกรอ ไม้เท้าฤๅษี Fiji arrowroot, Polynesian arrowroot (Pia) เป็นต้น จัดเป็นพืชสมุนไพรในตำรับยาทั้งไทยและต่างประเทศ นิยมใช้เป็นอาหารสำหรับผู้ป่วยเป็นโรคเกี่ยวกับทางเดินอาหาร เหมาะสำหรับเด็กอ่อน หรือผู้สูงอายุ เป็นพืชที่ชอบขึ้นอยู่ใต้ร่มเงาไม้ ยืนต้น ตามป่าโปร่งแต่มีความชื้นสูง สภาพดินที่ขึ้นเป็นดินทราย หรือดินร่วนปนทราย เช่นบริเวณชายฝั่งทะเล พืชพื้นเมืองชนิดนี้พบมากบริเวณแอฟริกาใต้ ตอนเหนือของออสเตรเลีย เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (มาเลเซีย, อินโดนีเซีย, ฟิลิปปินส์, สิงคโปร์ และประเทศไทย)

ความหลากหลายของท้าวยายม่อมในประเทศไทย พบมากบริเวณชายฝั่งทะเลภาคใต้ (จังหวัดชุมพร สุราษฎร์ธานี นครศรีธรรมราช พังงา กระบี่ ตรัง ภูเก็ต) ภาคตะวันออก (จังหวัด ปราจีนบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี ระยอง จันทบุรี และตราด) และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ใช้ประโยชน์ทางการแพทย์แผนไทย และการบริโภค (จังหวัดนครราชสีมา สุรินทร์ ศรีสะเกษ อุบลราชธานี อำนาจเจริญ และกาฬสินธุ์) ข้อมูลการพบในพื้นที่ ภาคตะวันตก (จังหวัดกาญจนบุรี) ภาคเหนือ (จังหวัดเชียงใหม่) พบค่อนข้างน้อย



ทั้งนี้ยังมีความสับสนกันเนื่องจากมีชื่อเรียกคล้ายกัน แต่เป็นคนละชนิด คือ **ท้าวยายม่อมที่ใช้หัวทำแป้ง (Tacca leontopetaloides (L.) Kuntze)** และท้าวยายม่อมต้นซึ่งเป็นพืชสมุนไพรในทางการแพทย์ไทยใช้ราก (*Clerodendron indicum* Kuntze) ในที่นี้ขอกล่าวถึงท้าวยายม่อมหัวที่ให้แป้ง

ท้าวยายม่อมขยายพันธุ์ด้วยเมล็ด ซึ่งลงหัวในปีที่ 1 ซึ่งมีขนาดเล็กน้ำหนัก 5-15 กรัม ไม่เหมาะสมในการทำแป้ง นำหัวท้าวยายม่อมลงปลูกในปีที่ 2 มีการเจริญเติบโตจากหัวเก่า และสร้างหัวใหม่เพื่อเก็บสะสมอาหารทำให้หัวเก่าจะฝ่อ ขนาดหัว 50-150 กรัม พันธุ์จากจังหวัดจันทบุรี (ภาพที่ 1)



ภาพที่ 1 การเกิดหัวใหม่ของท้าวยายม่อมอายุ 2 ปี

หัวท้าวยายม่อมในปีที่ 3 มีขนาดหัว 150-800 กรัม ขึ้นกับความอุดมสมบูรณ์ของดินและการใส่ปุ๋ย (ภาพที่ 2) การเก็บเกี่ยวท้าวยายม่อมคืออายุ 8-9 เดือนหลังปลูก หรือสังเกตใบมีสีเหลือง โดยลักษณะตามธรรมชาติของพืชล้มลุกลงหัวจะมีการขยายพันธุ์ออกดอกติดฝักและเมล็ดในปีที่ 3

การทำแป้งท้าวยายม่อม ตามภูมิปัญญาชาวบ้าน นำหัวท้าวยายม่อมพันธุ์จากจังหวัดจันทบุรีน้ำหนัก 200-900 กรัม (ภาพที่ 3) มีขั้นตอน (ภาพที่ 4) ดังนี้

1. นำหัวท้าวยายม่อมปอกเปลือก
2. หั่นหัวท้าวยายม่อมเป็นชิ้นเล็ก เพื่อบดละเอียดด้วยเครื่องปั่น หรือการชูดเนื้อเป็นฝอยๆ
3. เติมน้ำสะอาดเพื่อช่วยให้การบดเนื้อหัวท้าวยายม่อมได้สะดวก
4. คั้นน้ำเพื่อให้แป้งออกจากเส้นใยท้าวยายม่อม นำผ้าขาวบางกรองน้ำแป้งท้าวยายม่อม
5. ตั้งน้ำท้าวยายม่อมให้ตกตะกอน ซึ่งจะมีสีน้ำตาลอ่อนเหนียว ทำการล้างและตกตะกอน 2-3 ครั้ง สังเกตสีของน้ำขึ้นบนใสสะอาดจึงเทน้ำออก
6. นำแป้งที่ตกตะกอน ตากแดด หรือ อบ จนแป้งแห้ง ลักษณะแป้งท้าวยายม่อมเป็นเกล็ดละเอียดสีขาว จึงเก็บใส่ภาชนะปิดสนิท พร้อมสำหรับการนำไปใช้ประโยชน์ต่อไปได้



ภาพที่ 2 การเกิดหัวใหม่ของท้าวยายม่อม