

หนังสืออ่านประกอบอ้างอิงสำหรับเด็กชั้นประถมศึกษา
เรื่อง

มะม่วงหิมพานต์



เรื่อง ศิระ สราวุธ
ภาพ ประสิทธิ์ อึ้ง



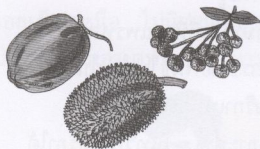
ต้นมะพร้าว



ต้นลิ้นจี่



ต้นทุเรียน



พืชประเภทไม้ยืนต้น แทบทุกชนิดจะมีดอกและผล ผลของไม้ยืนต้น มีทั้งรับประทานได้และรับประทานไม่ได้ ผลไม้ที่รับประทานได้ที่เราเห็นมีขายอยู่ในตลาดทั่วไป เป็นผลไม้ที่เกิดจากไม้ยืนต้น มีมากมายหลายชนิด เช่น เงาะ ลิ้นจี่ ส้มเขียวหวาน ส้มโอ ละมุด ลำไย มะม่วง มะนาว พุทรา เป็นต้น ผลไม้ที่รับประทานไม่ได้หรือไม่นิยมรับประทานเพราะรสชาติไม่อร่อยก็มีมาก เช่น อินทนิล ก้ามปู งามจรี ไทร หูกวาง เป็นต้น

ผลไม้ส่วนมากจะมีเมล็ดหรือเม็ดย่อยอยู่ในผลเมื่อผลแก่หรือสุก

ผลไม้ที่มีเมล็ด จะมีเมล็ดมากหลายเมล็ด เช่น น้อยหน่า ละมุด มะเฟือง มะไฟ มะนาว ส้มโอ เป็นต้น

ผลไม้ที่มีเม็ด จะมีเพียงเม็ดเดียว เช่น มะม่วง ลำไย ลิ้นจี่ เป็นต้น

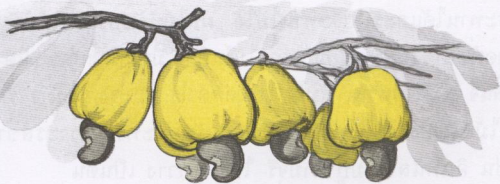
ผลไม้ชนิดเดียวในโลกที่มีเม็ดย่อยอยู่นอกของผล คือ มะม่วงหิมพานต์ มีเมล็ดคล้ายรูปไต ยื่นออกมานอกผลตรงส่วนปลาย

หิมพานต์ เป็นชื่อป่าหนาทึบทางแถบเหนือของประเทศอินเดีย

มะม่วงหิมพานต์ น่าจะเป็นต้นไม้ที่เกิดในแถบเหนือของประเทศอินเดีย แล้วแพร่หลายเข้าไปในประเทศต่าง ๆ

ตามประวัติเดิมที่ปรากฏว่า มะม่วงหิมพานต์ เป็นต้นไม้พื้นเมืองของประเทศต่าง ๆ ในทวีปอเมริกาใต้ ปลูกกันมากตั้งแต่ประเทศเม็กซิโก เรื่อยไปจนถึงประเทศเปรู

ต่อมาเป็นที่นิยมแพร่หลาย จึงได้มีการขยายพันธุ์ไปปลูกในทวีปอเมริกาเหนือทวีปอาฟริกา ตามหมู่เกาะต่าง ๆ ในทวีปอเมริกาใต้ แถบมหาสมุทรแปซิฟิก และทวีปเอเชียอีกด้วย



ต้นมะม่วงหิมพานต์ถูกนำเข้ามาในประเทศไทยพร้อมกับต้นยางพารา ราวปี พ.ศ. ๒๔๔๔

ผู้ที่นำเข้ามาปลูกเป็นครั้งแรก เป็นขุนนางตระกูล ณ ระนอง คือ พระยารัษฎานุประดิษฐ์ เดิมชื่อว่า ชิมบี้ ณ ระนอง

ภายหลังได้มีการขยายพันธุ์ไปปลูกทุกจังหวัดในภาคใต้ของประเทศไทย ตั้งแต่จังหวัดชุมพรลงไปจนถึงจังหวัดนราธิวาส ซึ่งเป็นจังหวัดใต้สุดของประเทศไทย

ต้นมะม่วงหิมพานต์ เป็นต้นไม้ที่ทนต่อความแห้งแล้งได้ดี เป็นพืชที่ปลูกง่าย ในดินทั่วไปไม่ว่าจะเป็นดินเหนียว ดินเหนียวปนทราย หรือแม้แต่ดินร่วนทรายก็ปลูกได้

ปัจจุบันมีผู้นำเอาต้นมะม่วงหิมพานต์ไปปลูกเผยแพร่ในจังหวัดต่าง ๆ ทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย ที่นับว่าเป็นภูมิภาคที่มีความแห้งแล้งที่สุดของประเทศ ปรากฏว่า ขึ้นงอกงามดี

จังหวัดทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือที่ปลูกกันมากได้แก่ จังหวัดอุบลราชธานี ยโสธร กาฬสินธุ์ ร้อยเอ็ด มหาสารคาม ส่วนจังหวัดอื่น มีปลูกกันทั่วไป ส่วนใหญ่จะปลูกกันในโรงเรียนเป็นแถวริมรั้ว เพื่อต้องการร่มเงาเพียงอย่างเดียว

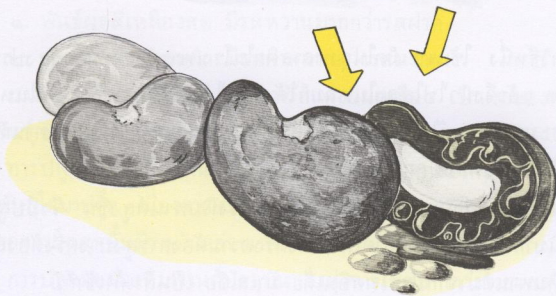
ประชาชนในจังหวัดทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ไม่นิยมนำเอาผลของมะม่วงหิมพานต์มารับประทาน เพราะไม่รู้จักวิธีนำเอามาทำเป็นอาหาร

เคยมีผู้นำเอาเมล็ดมะม่วงหิมพานต์ มากัดด้วยปากทำให้ปากไหม้พองเป็นแผล เปื่อยจากพิษของสารพิษที่แฝงอยู่

ต่อมาเลยไม่มีใครกล้ารับประทาน เพราะกลัวพิษ



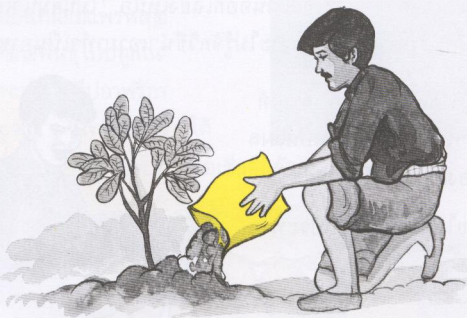
สารพิษในเมล็ดมะม่วงหิมพานต์





มะม่วงหิมพานต์เป็นพืชยืนต้นที่ปลูกรง่าย
เพียงขุดหลุมให้ลึกประมาณ ๓-๔ เซนติเมตร
หยอดเมล็ดมะม่วงหิมพานต์ที่สมบูรณ์เต็มที่
เพียง ๒ เม็ด แล้วกลบดิน รดน้ำให้ดินชื้น หรือ
ปล่อยให้ฝนตกดินขึ้นก็จะงอกเอง เมื่อต้นอ่อนงอก
ถอนต้นเล็กหรือที่ไม่แข็งแรงออกทิ้งไปให้เหลือ
หลุมละต้นเดียว

หลุมแต่ละหลุมให้ห่างกันประมาณ ๘-๑๐ เมตร เมื่อต้นโตขึ้นจะมีกิ่งก้าน
สาขากว้าง

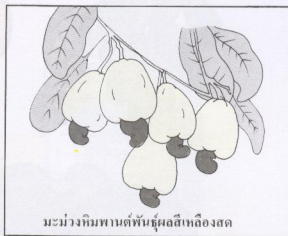


อีกวิธีหนึ่ง ใช้เพาะเมล็ดในถุงพลาสติกในโรงเพาะชำให้ต้นงอกสูงประมาณ
๑-๒ ฟุต แล้วจึงนำไปใส่ลงในหลุมก็ได้ และได้ผลดีกว่าเพาะเมล็ดในหลุม
ประมาณ ๔๐ ปีที่แล้ว มะม่วงหิมพานต์ยังไม่ค่อยนิยมรับประทานกันแพร่
หลาย จึงไม่ค่อยนิยมปลูกันมาก

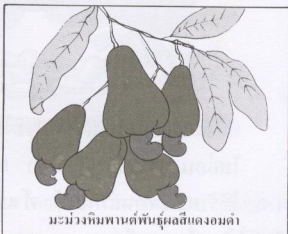
ปัจจุบันความนิยมรับประทานเมล็ดมะม่วงหิมพานต์สูงขึ้น จึงมีปลูกเป็น
อาชีพกันมากในจังหวัดทางภาคใต้ บางครั้งความต้องการสูงบางครั้งต้องสั่งเมล็ด
มะม่วงหิมพานต์มาจากประเทศอินเดีย มาเลเซีย เป็นสินค้าเข้าก็มี

มะม่วงหิมพานต์จะให้ผลเมื่อต้นมีอายุ ๕ ปีขึ้นไป

ตามปกติมะม่วงหิมพานต์จะออกดอกราว ๆ เดือนธันวาคม และจะมีผลสุกราว ๆ เดือนเมษายน หรือพฤษภาคม พร้อม ๆ กับมะม่วงทั่วไป



มะม่วงหิมพานต์พันธุ์ผลสีเหลืองสด



มะม่วงหิมพานต์พันธุ์ผลสีแดงอมดำ

มะม่วงหิมพานต์ที่ปลูกกันมากทางภาคใต้มีอยู่ ๒ พันธุ์ คือ

๑. พันธุ์ผลสีเหลืองสด มีรสหวานมากกว่ารสฝาด

๒. พันธุ์ผลสีแดงอมดำ มีรสฝาดมากกว่ารสหวาน

บางต้นจะมีผลสีเหลืองอมแดงหรือแดงอมเหลือง เป็นผลของพันธุ์ผสมจากพันธุ์ ๒ พันธุ์

การปลูกมะม่วงหิมพานต์โดยทั่ว ๆ ไปมักจะไม่ค่อยมีใครสนใจเลือกพันธุ์หนึ่งพันธุ์ใดมาปลูก เนื่องจากเมล็ดของมะม่วงหิมพานต์ เป็นที่นิยมรับประทานกันมากกว่าผลสุกนั้น มีรสมันอร่อยเหมือนกัน

การปลูกมะม่วงหิมพานต์ปัจจุบัน จึงมุ่งขายเมล็ดมากกว่าขายผลสุก



ต้นมะม่วงหิมพานต์ใช้ประโยชน์ได้มากเกือบทุกส่วนของต้น

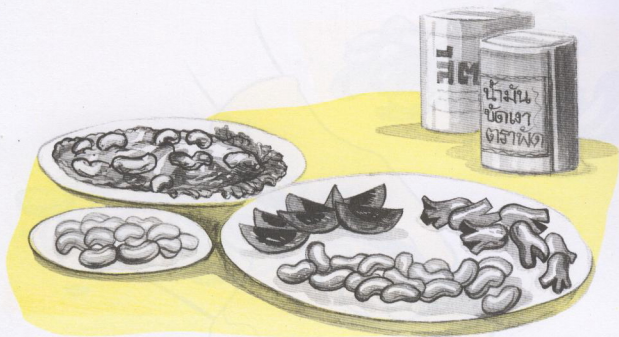
ใบอ่อน หรือที่เราเรียกว่า ยอด จะมีสีน้ำตาลอมเหลือง มีรสมันผลสมรส ผาต ใช้รับประทานแทนผัก ทำเป็นผักจิ้มน้ำพริก ทำผักแกงส้มขมจีน ข้าวยา บักรั้วใต้ หรือลาบอีสาน

ผลสุก ใช้รับประทาน ด้วยวิธีปอกเปลือกออกแล้วจิ้มด้วยเกลือหรือน้ำปลา ผลสุกงอมใช้รับประทานแทนผลไม้ด้วยวิธีปอกเปลือก ผ่านเนื้อออกเป็น ๔ ส่วน นำไปแช่น้ำเกลือสักครู่ บีบน้ำเกลือออก แล้วโรยด้วยน้ำตาลทรายให้ฉ่ำ รับประทานอร่อยมาก

เมล็ด ประกอบด้วย **เปลือก** และเนื้อภายในเหมือนกับเม็ด หรือเมล็ดผลไม้ทั่ว ๆ ไป

เปลือกเมล็ด มียางเหนียว มีลักษณะเป็นน้ำมัน ความจริง คือ น้ำมัน มีสารพิษชนิดหนึ่งผสมอยู่ เราเรียกสารนั้นว่า **พรีนอล** มีคุณสมบัติกัดเนื้อคน ให้เปื่อยเป็นแผล แต่นำไปใช้ประโยชน์ในการผลิต สี น้ำมันชักเงา ผ้าเบรค รถยนต์

เนื้อภายในเม็ดของมะม่วงหิมพานต์ มีลักษณะเป็นสีขาว เมื่อคั่วหรืออบสุก จะมีสีน้ำตาลอ่อน มีรสมันเหมือนรสของถั่ว แต่อร่อยกว่า ใช้ประกอบอาหารได้หลายอย่าง หรือเคี้ยวเล่นแทนถั่วก็ได้ ประกอบอาหาร เช่น ผัดกับหมู ปลา เนื้อ



กรรมวิธีเอาเนื้อภายในเม็ดออกจากเปลือกโดยไม่ให้เกิดอันตราย มีหลายวิธี เช่น

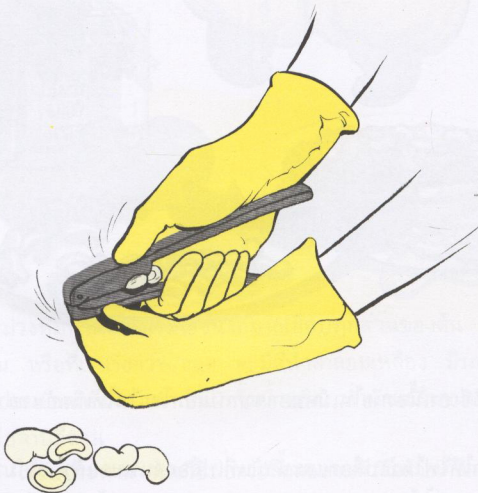
๑. เผาให้ไฟไหม้เปลือกและน้ำมันที่เปลือกจนหมดแล้ว นำมาทุบเอาเนื้อรับประทาน วิธีนี้ต้องอาศัยความชำนาญ เพราะมิฉะนั้นไฟจะไหม้เนื้อเกรียมไปด้วย

๒. คั่วด้วยกระป๋องหรือหม้อดิน ใช้ความร้อนเผาน้ำมันให้หมด ต้องอาศัยความชำนาญเช่นเดียวกับการเผา

๓. ผ่าสด ๆ โดยใช้มีดหรือกรรไกรหนีบมาก แต่ต้องป้องกันยางไหม้มือด้วยวิธีใส่ถุงมือยางของหม้อ หรือทามือด้วยปูนขาว เนื่องจากสารฟรินอล มีคุณสมบัติเป็นกรด ปูนขาวมีคุณสมบัติเป็นด่าง เมื่อทั้งสองมารวมกัน จะมีคุณสมบัติเป็นกลาง ไม่เป็นอันตรายต่อมือ

๔. นำเม็ดสด ๆ ไปแช่น้ำปูนใสให้น้ำมันที่เปลือกมีคุณสมบัติเป็นกลางเสียก่อน แล้วจึงนำมาผ่า

๕. ผ่าสด ๆ ด้วยเครื่องมือผ่าโดยไม่ต้องให้ถูกมือ



ยาง ที่เกิดจากต้นของมะม่วงหิมพานต์ นำไปใช้ทำกาวติดกระดาษ โดยวิธีนำเอายางก้อนแข็ง ๆ ไปละลายด้วยน้ำร้อนจะได้กาวอย่างดี

ต้น ไม้ต้นมะม่วงหิมพานต์ นำไปใช้ทำเฟอร์นิเจอร์ หรือจะใช้ทำพื้นหรือเสาถ่านก็ได้

ต้นมะม่วงหิมพานต์ที่แผ่กิ่งก้านสาขาใช้เป็นร่มเงาบังแดด พักผ่อนนยามเหน็ดเหนื่อยจากการทำงานและเล่นกีฬาได้ เหมือนต้นไม้ที่มีกิ่งก้านสาขาทั่วไป



ปัจจุบันสินค้าหรือผลิตภัณฑ์ที่ผลิตจากเม็ดมะม่วงหิมพานต์มีราคาสูง เช่น อาหารที่ประกอบด้วยเนื้อเม็ดมะม่วงหิมพานต์ มีราคาตั้งแต่จานละ ๓๐ บาท ถึง ๑๐๐ บาท

ราคาของเม็ดมะม่วงหิมพานต์ที่ทำสำเร็จแล้ว ด้วยวิธี คั่ว หรือ อบ ก็ดี จะแตกต่างกันไปตามคุณภาพที่ขึ้นอยู่กับสภาพของเม็ด เช่น

เม็ดที่ไม่แตกหัก สีขาวใสคุณภาพจะดี มีราคาแพง ถึงกิโลกรัมละ ๒๐๐ บาทขึ้นไป

เม็ดที่ไม่สวย มีแตกหักผสมบ้าง คุณภาพด้อยลงมา ราคา กิโลกรัมละ ๑๖๐-๑๘๐ บาท

เม็ดที่แตกหักมาก คุณภาพต่ำ ราคาไม่เกินกิโลกรัมละ ๑๕๐ บาท เป็นต้น

ปัจจุบันมีพ่อค้าแม่ค้าหัวใส จะนำเอาแป้งเปียกหรือกาวมาทาประกบเม็ดซีก หรือเม็ดที่แตกหักให้เป็นเม็ดที่สวยงาม เพื่อจะได้ขายให้มีราคาสูง

เม็ดมะม่วงหิมพานต์ในประเทศ มีกฎหมายควบคุม โดยมีการกำหนดมาตรฐานไว้เป็นชั้นต่าง ๆ ไปถึง ๒๔ ชั้น แต่ละชั้นก็กำหนดราคาควบคุมไว้ด้วยดังนี้

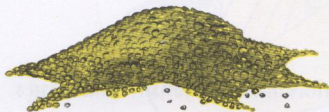
ชั้นที่ ๑-๗ กำหนดไว้ว่า จะต้องเป็นเม็ดมะม่วงหิมพานต์ที่สมบูรณ์แบบไม่เป็นซีก ไม่แตกหัก หรือมีตำหนิใด ๆ ที่เม็ด ต่ออัตราน้ำหนัก ๑ ปอนด์ ราวๆ ๘๕๐ กรัม



มะม่วงหิมพานต์



ถั่วเหลือง



ถั่วเขียว



ถั่วลิสง

ชั้นดีที่ ๑ จะต้องมีเม็ดไม่เกิน ๒๑๐ เม็ด

ที่ ๒ จะต้องมีเม็ดไม่เกิน ๒๔๐ เม็ด

ที่ ๓ จะต้องมีเม็ดไม่เกิน ๒๘๐ เม็ด

ที่ ๗ จะต้องมีเม็ดไม่เกิน ๕๐๐ เม็ด เป็นต้น

ส่วนตั้งแต่ชั้นที่ ๘ ขึ้นไปจนถึงชั้นที่ ๒๔ เป็นระดับที่เป็นเม็ดไม่สมบูรณ์ มีซีก แตก หัก ป่น หรือมีสีต่างๆ ที่เกิดจากการไหม้มาก

เม็ดมะม่วงหิมพานต์มีคุณประโยชน์ทางอาหารมากเหมือนกับเมล็ดถั่วทั่ว ๆ ไป คือ มีโปรตีนสูง ๒๑.๒ เปอร์เซ็นต์ รวมทั้งวิตามินบี ๑ บี ๒ ไบโตน และธาตุอาหารอื่นอีกหลายชนิด