น้ำสลัดข้าวเหนียวดำ

ข้าวเหนียวดำ (Oryza sativa var. glutinosa) หรือชื่อเรียกท้องถิ่นทางภาคเหนือคือ ข้าวก่ำ เพาะปลูกกันมากในภาคเหนือและตะวันออกเฉียงเหนือของไทย ข้าวเหนียวดำมีคุณค่าทางโภชนาการสูงเทียบเคียงได้กับข้าวกล้อง โดยมีองค์ประกอบของโปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน ใยอาหาร และแร่ธาตุใกล้เคียงกับข้าวกล้องนอกจากนี้ยังมีลักษณะเด่นคือเป็นข้าวที่มีรงควัตถุแอนโธไซยานิน (anthocyanins) ในปริมาณสูง ทำให้เมล็ดข้าวมีสีม่วงเข้ม แอนโธไซยานินเป็นสารในกลุ่มฟลาโวนอยด์ (flavonoids) ซึ่งมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระที่เป็นสาเหตุของโรคมะเร็ง โรคหลอดเลือด โรคหัวใจ และการอักเสบของเนื้อเยื่อ

ข้าวเหนียวดำยังเป็นแหล่งของแกมมา-โอลิซานอล (gamma-oryzanol) ซึ่งเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่มีคุณสมบัติในการช่วยลดคอเลสเตอรอลชนิด LDL และเพิ่มชนิด HDL นอกจากนี้ยังช่วยลดระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือด เพิ่มการไหลเวียนของเลือด ลดอัตราเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ โรคไต โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และโรคความจำเสื่อม การนำข้าวเหนียวดำมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ในระดับอุตสาหกรรมเพื่อเพิ่มมูลค่ายังอยู่ในวงจำกัด การใช้ข้าวเหนียวดำส่วนใหญ่จะใช้ในการผลิตอาหารหวานทั่วไป เช่น ข้าวเหนียวดำมูล ข้าวหลาม ข้าวเหนียวดำเปียก ข้าวแต๋น เป็นต้น และมีการผลิตแป้งข้าวเหนียวดำเพื่อใช้ในการทำขนมหวานต่างๆ เช่น ขนมจาก ขนมสอดไส้ ขนมแป้งจี่ เป็นต้น





อ่านหน้า 23

น้ำสลัดข้าวเหนียวดำ





เนื่องจากปัจจุบันเป็นยุคที่ผู้บริโภคสนใจและให้ความสำคัญกับการบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และข้าวเหนียวดำมีองค์ประกอบที่มีศักยภาพในการใช้เป็นวัตถุดิบสำหรับผลิตอาหารเพื่อสุขภาพ นักศึกษาคณะอุตสาหกรรมเกษตร สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ได้แก่ นายธนากร มณีฉาย, นายสุกิจ ยิ่งแก้ว, นายสุเมธี ส่งเสมอ และนายศิษฐา สมทรง โดยมี รศ.ดร.ประพันธ์ ปิ่นศิโรดม เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา จึงได้คิดค้นผลิตภัณฑ์น้ำสลัดเพื่อสุขภาพชนิดใหม่ที่ใช้ข้าวเหนียวดำเป็นวัตถุดิบ โดยมีจุดเด่นของผลิตภัณฑ์คือ เป็นน้ำสลัดครีมไขมันต่ำ ไม่มีส่วนผสมของไข่และนม มีสารแอนโธไซยานิน และแกมมา-โอลิซานอลสูง

นอกจากนี้ยังมีสารต้านอนุมูลอิสระสูงกว่าน้ำสลัดสูตรไขมันต่ำทั่วไปประมาณ 5 เท่า ส่วนผสมของน้ำสลัดครีมข้าวเหนียวดำประกอบด้วย ข้าวเหนียวดำนึ่งสุก น้ำส้มสายชูที่แช่ข้าวเหนียวดำ น้ำมันรำข้าวที่มีแกมมา-โอลิซานอลสูง น้ำ แต่งกลิ่นและเพิ่มรสชาติด้วยเกลือ น้ำตาลและเครื่องเทศ วิธีทำจะนำส่วนผสมทั้งหมดยกเว้นน้ำมันรำข้าวปั่นผสมให้เข้ากันดี ค่อยๆ เติมน้ำมันรำข้าวลงผสมช้าๆ จากนั้นจึงบรรจุขวดผลิตภัณฑ์

น้ำสลัดครีมข้าวเหนียวดำถือว่าเป็นผลิตภัณฑ์แปลกใหม่ที่ใช้ข้าวเหนียวดำเป็นวัตถุดิบซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพที่สามารถแปรรูปในระดับอุตสาหกรรม เป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับข้าวเหนียวดำในรูปแบบที่ไม่จำเจ ผลิตภัณฑ์น้ำสลัดครีมข้าวเหนียวดำได้รับรางวัลชนะเลิศในการแข่งขันการพัฒนาผลิตภัณฑ์จากข้าวเหนียวดำ ในงาน "Open Can ครั้งที่ 17" ซึ่งจัดที่มหาวิทยาลัยมหาสารคาม โดยมีผู้เข้าร่วมแข่งขันทั้งหมด 14 ทีม จากสถาบันอุดมศึกษาทั่วประเทศ.