

5. ใช้กระด้งคัดเพื่อแยกเอาเปลือกออก



6. เก็บเศษเปลือกข้าวที่เหลือจากการคัดออก



7. ข้าวเม่าพร้อมรับประทาน



ผลิตภัณฑ์จากข้าวเม่า

“ข้าวเม่าทอด” ทำจากข้าวเม่าคั่วบดผสมน้ำตาลมะพร้าว ใส่มะพร้าวขูด จากนั้นจึงนำไปทอดด้วยไฟ ชุบแป้ง นำไปทอดก็ได้ข้าวเม่าทอด



“ข้าวเม่าคลุก” ก็คือข้าวเหนียวอ่อนที่นำมาตำจนได้ข้าวเม่าสดคลุกกับมะพร้าวทึนทึกขูด โรยน้ำตาลทราย



“ข้าวเม่าหมี” หรือ “ข้าวเม่าราง” คือข้าวเม่าที่นำไปคั่วจนพอง



ผู้สนใจผลิตภัณฑ์ข้าวเม่าสามารถศึกษา ดูงาน หรือขอคำแนะนำเพิ่มเติมได้ที่นางสาวอมรรัตน์ แก้วลูก โทร 096-4400714

เรียบเรียงโดย : น.ส.อนุสรณ์ มุลป้อม และ น.ส.อริวรรณ แซ่ตระกูล
กลุ่มวิจัยและพัฒนาการปฏิรูปที่ดิน สำนักวิชาการและแผนงาน ส.ป.ก.

ข้าวเม่า

เอกสารเผยแพร่กลุ่มวิจัยและพัฒนาการปฏิรูปที่ดิน
ปีที่ 2 ฉบับที่ 5 เดือนมิถุนายน 2559



กลุ่มวิจัยและพัฒนาการปฏิรูปที่ดิน
สำนักงานการปฏิรูปที่ดินเพื่อเกษตรกรรม
โทร 02 281 2834



ข้าวเม่าน้ำ เป็นการนำข้าวเปลือกที่ยังไม่แก่ (อายุ ก่อนเก็บเกี่ยวประมาณ 2 อาทิตย์) มาแปรรูปเพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับข้าว ข้าวทุกสายพันธุ์สามารถนำมาทำเป็น ข้าวเม่าน้ำได้ ยกเว้น ข้าวเจ้า

“ ข้าวเม่าน้ำ ” มีลักษณะเฉพาะตัวที่มีความหอม มีสีเขียวธรรมชาติของเมล็ดข้าว มีคุณค่าทางอาหาร คล้ายกับข้าวกล้อง เป็นข้าวที่ยังไม่สีเอารำออก จึงมี สารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายอยู่ครบถ้วน

เกษตรกรในเขตปฏิรูปที่ดิน จังหวัดกระบี่ ผลิต ข้าวเม่าน้ำจำหน่าย เพื่อเพิ่มมูลค่าข้าว โดยจำหน่ายใน ราคา กิโลกรัมละ 200-250 บาท ซึ่งพันธุ์ข้าว ที่นิยม นำมาทำข้าวเม่าน้ำคือ พันธุ์ข้าวเหนียวกล้วย และพันธุ์ข้าวเหนียวช่อไม้ไผ่

วัสดุ/อุปกรณ์

1. เตาถ่านเพื่อคั่วข้าวเม่าน้ำ
2. กระทะใหญ่ ขนาดสำหรับคั่วข้าว 1 ปีบ
3. ครกตำข้าวเม่าน้ำ
4. กระด้ง
5. ไม้พายสำหรับคนข้าวเม่าน้ำ

วิธีการทำ

1. เลือกรวงข้าวไม่อ่อนไม่แก่จนเกินไป (โดยสังเกตได้จากรวงข้าวเริ่มโค้งหรือจากการแกะเมล็ดข้าวทดสอบ) นำมานวดเอาเมล็ดออกจากรวงข้าว (ควรเก็บข้าวตอนเช้าตรู่ เพราะข้าวที่เกี่ยวใหม่ๆ จะมีกลิ่นหอม)



2. นำไปคัดเมล็ดสีออกโดยการแช่น้ำ ให้เหลือเมล็ดที่สมบูรณ์ไว้ ใช้เวลาประมาณ 30 - 45 นาที

3. นำเมล็ดข้าวที่สมบูรณ์ที่คัดเลือกไว้มาคั่วในกระทะ ขณะคั่วพรมน้ำไปด้วยเพื่อไม่ให้เมล็ดแห้งเร็วเกินไป และทำให้เมล็ดข้าวสุกสม่ำเสมอ ใช้ไฟระดับอ่อนถึงปานกลางและใช้เวลาคั่วประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที



4. นำเมล็ดที่คั่วสุกและทิ้งไว้จนเย็นดีแล้วมาตำในครก โดยในขณะที่ตำจะต้องพลิกกลับข้าวอย่างสม่ำเสมอเพื่อไม่ให้เมล็ดข้าวจับกันเป็นก้อน ตำจนเมล็ดข้าวจะมีลักษณะแบนและเกลบหลุดออกจากเมล็ด

