

2. การสีข้าว มีวิธีการปฏิบัติ คือ การสีด้วยโรงสีขนาด เล็ก หรือเครื่องสีข้าวมือหมุน การดำด้วยครกตำมือ หรือครกกระเดื่อง

การสีข้าวอาจเป็นการเอาเปลือกหรือเอาแกลบ ออกโดยที่จมูกข้าวและเยื่อหุ้มเมล็ดไม่แตกหักไปไหน เส้นใยและโปรตีนที่มีคุณค่าจึงอยู่ในเมล็ดครบถ้วน เนื่องจากการนี้ข้าวให้สุก ทำให้สีของเปลือกข้าวซีม เข้าไปในเมล็ด เมื่อนำไปสีจึงทำให้ข้าวขาวมีสีเหลือง เมล็ดข้าวจะเหนียวไม่มีเมล็ดแตกร้าว

3. การบรรจุหีบห่อ ถ้าบรรจุในภาชนะธรรมดา เก็บ รักษาไว้ในอุณหภูมิห้อง เก็บได้นาน 3 เดือน ถ้าบรรจุระบบสุญญากาศ สามารถเก็บไว้ได้นาน 1 ปี



วิธีการหุงข้าวสาร

1. นำข้าวสารมาชอนน้ำเพียงครึ่งเดียว ไม่ต้องใช้น้ำ มาก เพื่อไม่ให้วัดามันละลายไปกับน้ำ สำหรับข้าว เหนียวให้นำไปแช่ในน้ำสะอาด ประมาณ 1 - 2 ชั่วโมง

2. ใส่ในในอัตราส่วน ข้าวสาร 1 ส่วน ต่อน้ำ 2 ส่วน เมื่อหุงแล้วจะได้ข้าวค่อนข้างนุ่ม หุงแบบไม่เช็ดน้ำ สำหรับข้าวเหนียว สามารถนำไปนี้ได้เลย



แหล่งที่มา นางเพลินตา ทำนาผล เกษตรกรตำบลนาตุ

อำเภอนาตุ จังหวัดกาฬสินธุ์

เรียบเรียงโดย : น.ส.อนุสรฯ มูลป้อม และ น.ส.พรพรรณ ปะทะเส

กลุ่มวิจัยและพัฒนากาฬสินธุ์ สำนักงานวิชาการและแผนงาน

โทร 02 281 2834

วิธีการแปรรูป : ข้าวสาร

องค์ความรู้จากเครือข่ายอินแปง

ตำบลนาตุ อำเภอนาตุ จังหวัดกาฬสินธุ์

เอกสารเผยแพร่กลุ่มวิจัยและพัฒนากาฬสินธุ์
ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 เดือนกุมภาพันธ์ 2559



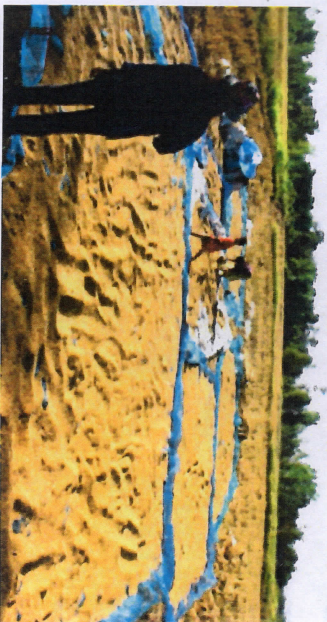
กลุ่มวิจัยและพัฒนากาฬสินธุ์ สำนักงานวิชาการและแผนงาน

สำนักงานการปฏิรูปที่ดินเพื่อเกษตรกรรม

โทร 02 281 2834

ข้าวฮาง เป็นกระบวนการแปรรูปข้าวจากข้าวเปลือก เป็นภูมิปัญญาของคนท้องถิ่นในแถบภาคอีสาน ข้าวฮาง เป็นข้าวที่เก็บไว้ได้นาน ในสมัยก่อนนิยมทำข้าวฮางเก็บไว้บริโภคในเมื่อเกิดการขาดแคลน เช่นน้ำท่วม ฝนแล้ง หรือแมลงระบาดทำให้เราน้ำเสียหาย เป็นต้น

ข้าวทุกพันธุ์สามารถนำมาทำข้าวฮางได้ แต่คนอีสานนิยมนำข้าวหอมมะลิ 105 และข้าวเหนียว กข 6 มาทำข้าวฮาง เนื่องจากเป็นพันธุ์ที่ปลูกไว้บริโภคในครัวเรือน และข้าวหอมมะลิจะมีกลิ่นหอม เหนียวนุ่มน่ารับประทาน หากใส่สมุนไพรลงไปก็จะเพิ่มคุณค่าของข้าวฮางให้มารับประทานยิ่งขึ้น



ข้าวฮางสามารถทำได้ทั้งข้าวเหนียวและข้าวเจ้า โดยแบ่งเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. ใช้ข้าวที่อยู่ในช่วงระยะพลับพลึง (ข้าวที่เมล็ดข้าวพัฒนาสมบูรณ์ พร้อมจะเก็บเกี่ยว เมล็ดข้าวในรวงสุกเหลืองไม่น้อยกว่า 3 ใน 4 ส่วนของรวง) นำไปแช่น้ำสะอาดเพื่อคัดเลือกเมล็ดดีและสิ่งแปลกปลอม

2. ใช้ข้าวเปลือกที่เก็บเกี่ยวตามปกติ ก่อนทำต้องนำข้าวไปแช่น้ำสะอาด 12 ชั่วโมง เพื่อให้ข้าวนุ่ม รวมทั้งเป็นการคัดเลือกเมล็ดดีและสิ่งแปลกปลอม วิธีการนี้สามารถที่จะผลิตข้าวฮางได้ตลอดทั้งปี

ประโยชน์จากการทำข้าวฮาง

- ทำให้ข้าวบริโภคในระยะขาดแคลน คือ ช่วงฤดูก่อนเก็บเกี่ยวผลิตผล ประหยัดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนเนื่องจากข้าวที่มีขายในตลาดระยะนั้นมีราคาแพงเป็นพิเศษ
- เพิ่มมูลค่าของข้าวให้สูงขึ้น ปกติราคาข้าวธรรมดา กิโลกรัมละประมาณ 30 บาท แต่เมื่อนำมาแปรรูปเป็นข้าวฮางแล้วขายได้ กิโลกรัมละ 40 - 50 บาท ทำให้ได้ราคาเพิ่มขึ้น กิโลกรัมละ 10 - 20 บาท
- ช่วยให้ข้าวที่แตกหักไว้ในเนื้อข้าวเปลือก เมื่อสีแล้วจะมีเปอร์เซ็นต์ข้าวดี (เต็มเมล็ด) มากขึ้น เพราะกระบวนการการทำข้าวฮางมีการนำข้าวไปแช่น้ำทำให้ข้าวที่หักกลับมาเชื่อมติดเป็นเมล็ดข้าวที่สมบูรณ์อีกครั้ง



การทำข้าวฮาง

วัสดุ/อุปกรณ์

1. เครื่องสีข้าว
2. น้ำสะอาด
3. อุปกรณ์ในการนึ่ง
4. ข้าวที่เกี่ยวระยะพลับพลึง

ขั้นตอนการทำฮาง

1. นำข้าวเปลือกไปนึ่ง ประมาณ 40 นาที เมื่อนึ่งเสร็จ ราวให้หั่วด้วยน้ำเย็นทันที ทำซ้ำ 2 ครั้ง คือ ครั้งที่ 1 หลังนึ่งเสร็จ ครั้งที่ 2 หลังจากนึ่งครั้งที่ 1 ประมาณ 20 นาที แล้วนำไปผึ่งลม ไม่ควรนำผึ่งแดด เพราะเวลานำไปสีจะทำให้เมล็ดแตกหักง่าย

