

มาทำความรู้จักกับ...ห้วกลอยกันเถอะ..!!

นำเสนอเมื่อ : 12 ต.ค. 2552

คิดถึงพี่หน่อย..นะกลอยใจพี่ ห่างกันแบบนี้ น้องคิดถึงพี่..บ้างไหม?

ก่อนอยู่บ้านนาเขาเรียกเธอว่า อ กลอย

พออยู่กรุงเทพมีผ นายร้อยเปลี่ยนจากกลอยมาเป็นแรมจันทร์...

รู้สึกว่พอเอ่ยชื่อ"กลอย" คงจะคุ้นหูกันแทบทุกคนใช่ไหมคะ?
อย่างน้อยก็อยู่ในเนื้อเพลงหลายคนเคยร้องติดปากมาหลายสมัยเหมือนกัน...



กลอย ...เป็น...

พืชชนิดหนึ่งที่สามารถนำมาทำอาหารได้ทั้งคาวและหวาน มีคนนิยมบริโภคกันเป็นจำนวนมาก
ชาวบ้านแบ่งประเภทของกลอยตามลักษณะของลำต้นและ

ตามสีในเนื้อห้วกลอยคือ กลอยขาวเจ้า ลักษณะของเถาและก้านใบสีเขียว

ส่วนกลอยขาวเหนียว เถาเป็นสีน้ำตาลอมดำ เมื่อนำห้วกลอยมาปอก

เปลือกและหั่นเป็นแว่นบาง ๆ พบว่กลอยขาวเจ้ามีเนื้อสีขาวนวลและ

เนื้อหยาบกว่ากลอยขาวเหนียว ซึ่งมีสีเหลืองอ่อนถึงเหลืองเข้ม เนื้อเหนียว

และรสชาติดีกว่ากลอยขาวเจ้า ดังนั้นคนจึงนิยมรับประทานกลอยขาว

เหนียวมากกว่า.....

กลอยทั้งสองมีพิษพอๆกันใช่เป็นยาฆ่าแมลงได้แต่ต้องระวังในการใช้

ชาวบ้านนิยมนทาน หั่นฝอยบางๆ แล้วหมัก **ไม่รู้เขาหมักไว้กี่วัน**

จากนั้นก็ปั้นเป็นก้อนกลมๆ เอามาหนึ่ง
เวลาจะทานก็ชุดมะพร้าวโรยหนาแล้วเอาน้ำตาลกับเกลือโรยลงไปเล็กน้อย อร่อยดีเหมือนกัน

แต่ถ้าหนึ่งไม่สุก ก็เป็นอันตรายเหมือนกันทำให้เวียนศีรษะได้



ในหัวกลอยจะมีแป้งมากและมีสารพิษที่ชื่อว่าไดออสคอร์อิน (Dioscorine) สามารถละลายน้ำได้ดี พิษชนิดนี้จะมีฤทธิ์กระบบประสาทส่วนกลาง อาจทำให้เกิดอัมพาตหรือหยุดหายใจได้

ผู้ที่ได้รับพิษจะมีอาการรุนแรงไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับจำนวนและความต้านทานของแต่ละคน

อาการที่ที่พบได้บ่อยได้แก่ คันที่ปาก ลิ้น คอ คลื่นไส้ อาเจียน มีนเมมา วิงเวียน ใจสั่น ตาพร่า อึดอัด และเป็นลม ทั้งนี้ปริมาณสารพิษในหัวกลอยแต่ละฤดูกาลจะแตกต่างกัน จากการทดลองเปรียบเทียบพิษของกลอยที่ขูดมาแต่ละฤดูพบว่า **ในเดือนสิงหาคมจะมีปริมาณสารพิษสูงสุด**

ซึ่ง**ภูมิปัญญาชาวบ้านเชื่อกันว่ากลอยจะมีพิษสูงสุดตอนที่ติดดอก** กลิ่นดอกกลอยจะหอมไปทั้งป่า ส่วนในช่วงฤดูร้อนประมาณเดือนเมษายนกลอยจะพิษน้อยที่สุด อย่างไรก็ตามหากประชาชนนำกลอยมาบริโภคดิบๆ หรือนำมาบริโภคโดยที่ยังเอาสารพิษออกไม่หมดอาจเป็นอันตรายถึงขั้นเสียชีวิตได้

"ในการนำกลอยมาประกอบอาหารจะต้องทำอย่างถูกวิธี โดยต้องใช้ผู้

ชำนาญกำจัดสารพิษออกให้หมด

หรือที่ชาวบ้านเรียกว่าการหักเมา นิยมทำ 2 วิธี คือปอกเปลือกทิ้งแล้ว

หั่นเป็นชิ้นบางๆ ใส่ในภาชนะโปร่ง

เช่น ถุงตาข่ายแล้วนำไปแช่ในน้ำไหลประมาณ 3-7 วัน เพื่อให้พิษละลาย

ลายออกไปแล้วจึงนำมาประกอบอาหาร

ส่วนวิธีที่ 2 อาจใช้หมักกับน้ำเกลือประมาณ 3 วัน ระหว่างนี้ให้เปลี่ยน

น้ำเกลือหลายๆครั้งจึงจะนำมาบริโภคได้

(ควรแช่ 4 วันเปลี่ยนน้ำทุกวัน

ตอนเปลี่ยนน้ำเกลือให้บีบคั้นน้ำขาวๆออกด้วย)

คลิกฟังเพลงคิดถึงพี่หน่อย <http://charyen.com/jukebox/play.php?id=4273>

คลิกฟังเพลงคิดถึงพี่ไหม <http://charyen.com/jukebox/play.php?id=20305>