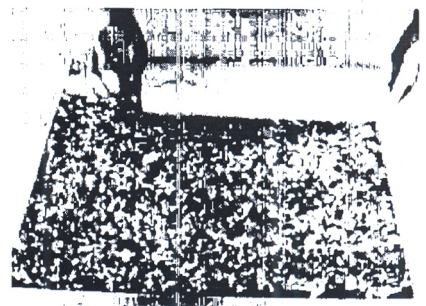
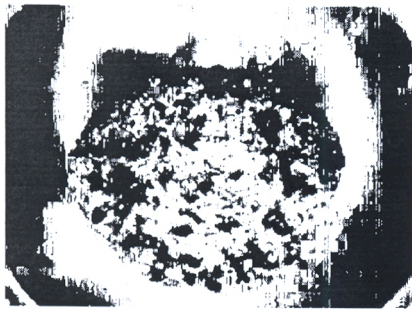
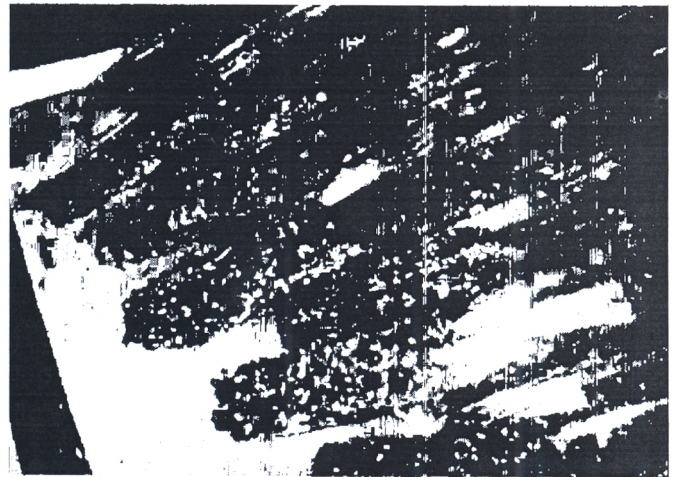
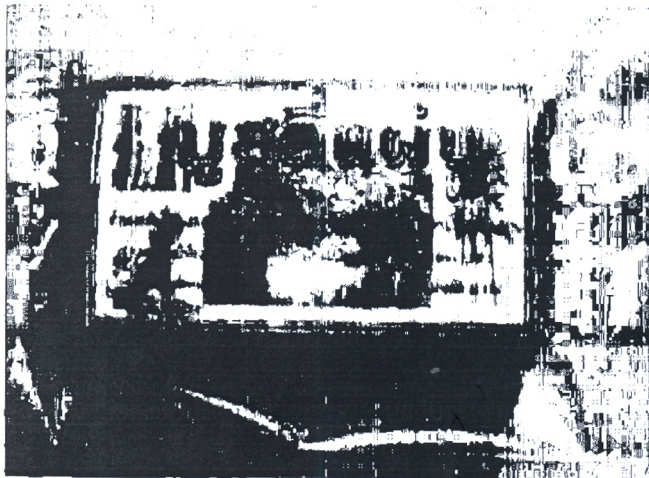


‘มุสลีบาร์’ จากปลายข้าวกล้อง สูตรแม่ใจ



ในยุคเศรษฐกิจที่ราคาข้าวกำลังแพง ทุกชิ้นส่วนของเมล็ดข้าวจึงมีคุณค่าอย่างไม่ควรมองข้าม ดร.ประเทือง โชคประเสริฐ อาจารย์สาขาวิชาเทคโนโลยีการอาหาร มหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดแพร่ ได้คิดวิธีที่จะทำให้เศษข้าวที่เหลือจากการผลิตข้าวกล้องสามารถนำมาใช้ประโยชน์สร้างรายได้แทนที่จะนำปลายข้าวเหล่านี้ไปเป็นอาหารของสัตว์ โดยได้ทำการศึกษาวิจัยผลิต “มุสลีแผ่น สูตรแม่ใจ-แพร่” จากปลายข้าวที่เหลือจากการผลิตข้าวกล้อง ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจาก ฝ่ายอุตสาหกรรม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)

มุสลี (Muesli) เดิมเป็นสูตรอาหารที่ถูกคิดขึ้นโดยนายแพทย์ชาวสวีต (เมื่อประมาณ ค.ศ.1900) สำหรับคนไข้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพ และต่อมานิยมรับประทานเป็นอาหารเช้ากันอย่างแพร่หลายในประเทศเยอรมนีและ

ตะวันตก มีส่วนประกอบหลักเป็นข้าวโอ๊ต (ลักษณะคล้ายข้าวเม่าน้ำและข้าวตอกที่เป็นส่วนผสมในการทำขนมกระยาสาธไทย)

มุสลีจะใช้ธัญพืชทั้งเมล็ด เพื่อให้ร่างกายได้รับเส้นใยอาหารเพิ่มมากขึ้น (dietary fiber) และการรับประทานผลิตภัณฑ์นี้จะได้รับหวานจากธรรมชาติของน้ำตาลฟรุกโตส ที่มีอยู่ในผลไม้ นอกจากนั้นยังได้รับโปรตีนจากถั่วต่างๆ ที่ใส่เข้าไปอีกด้วย มุสลีแบบดั้งเดิมมีส่วนผสมอื่นอีก เช่น ผลไม้แห้ง เมล็ดถั่ว และธัญพืชต่างๆ ผสมรวมกันบรรจุในถุงขาย สามารถเก็บไว้ได้นานหลายเดือน เมื่อจะนำมารับประทานก็นำมาผสมนม โยเกิร์ต หรือน้ำผลไม้ และเพิ่มผลไม้สดได้อีกตามความชอบ

สำหรับมุสลีที่ผลิตในปัจจุบันอาจแตกต่างจากจากสูตรดั้งเดิมบ้าง เช่นมีการเติมผลไม้หลายๆชนิดร่วมด้วย เช่น เบอร์รี่ ลูกเกด มะม่วง กล้วยตาก เพิ่มขึ้นมะพร้าวคั่ว มะคาเดเมียแห้ง บางสูตร

มีการใส่น้ำผึ้ง หรือช็อกโกแลตด้วย

อย่างไรก็ตาม มุสลีค่อนข้างต่างจากกระยาสาธของไทยมาก เพราะกระยาสาธใช้ความหวานจากน้ำตาลและเบะแซเยอะ รสหวานจัด ไม่มีส่วนผสมของเนื้อผลไม้ แต่มุสลีไม่ต้องการรสหวานจัด แต่ต้องการฟรุกโตสจากผลไม้และน้ำผึ้งพร้อมกากใยในผลไม้อีกด้วย

มุสลีแผ่น (Muesli bar) เป็นผลิตภัณฑ์ที่ดัดแปลงให้แตกต่างจากมุสลีดั้งเดิม โดยทำให้ผลิตภัณฑ์มุสลีแผ่นนี้รับประทานสะดวก ทดแทนอาหารเช้า หรือเป็นอาหารว่างที่อุดมด้วยคุณค่าทางโภชนาการ รับประทานได้ทันที ประหยัด และเป็นทางเลือกที่ดีสำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบันที่ต้องการความรีบเร่ง

มุสลีแผ่น สูตรแม่ใจ-แพร่ ส่วนประกอบ

- 1.ปลายข้าวกล้อง
- 2.เนื้อมะพร้าวทึนทึก
- 3.เมล็ดงา
- 4.เมล็ดทานตะวัน
- 5.เมล็ดฟักทอง
- 6.ผลไม้
- 7.เนยสด
- 8.น้ำผึ้ง
- 9.กลูโคสไซรัป

บ้านเมือง

Ban Muang

Circulation: 430,000

Ad Rate: (FC) 1,300 (BW) 900

Section: กีฬา/การศึกษา-วัฒนธรรม

วันที่: อังคาร 1 กรกฎาคม 2551

ปีที่: 7

ฉบับที่: 1676

หน้า: 13(ล่าง)

00194

Col.Inch: 120

ADValue: (B/W) 108,000

(FC) 156,000

PRValue(x3): (B/W) 324,000

(FC) 468,000

หัวข้อข่าว: "มูสลี่บาร์" จากปลายข้าวกล้อง สูตรแม่ใจ

มูสลี่แผ่น (Muesli bar) เป็นผลิตภัณฑ์ที่ดัดแปลงให้แตกต่างจากมูสลี่ดั้งเดิม โดยทำให้ผลิตภัณฑ์มูสลี่แผ่นนี้รับประทานสะดวก ทดแทนอาหารเช้า หรือเป็นอาหารว่างที่อุดมด้วยคุณค่าทางโภชนาการ รับประทานได้ทันที ประหยัด และเป็นทางเลือกที่ดีสำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบันที่ต้องการความรวดเร็ว

วิธีทำ 1.เตรียมเตาอบ โดยตั้งอุณหภูมิที่ 175 องศาเซลเซียส 2.นำเนยสด และน้ำผึ้ง มาตั้งไฟอ่อนๆ คนจนเนยสด น้ำผึ้งละลาย จากนั้นนำไปผสมกับปลายข้าวกล้อง เนื้อมะพร้าวที่หั่นท่อน เมล็ดงา เมล็ดทานตะวัน เมล็ดฟักทอง ผลไม้อบ เนยสด และกลูโคสไซรัป ผสมให้เข้ากัน 3.เทใส่ถาดกดให้แน่นและเรียบ แล้วนำไปอบ 15-18 นาที จนกระทั่งขนมเป็นสีน้ำตาลทอง ร่อนจนขนมเย็น แล้วตัดเป็นชิ้น

ข้อแนะนำ 1.น้ำผึ้งที่ใช้ควรเป็นน้ำผึ้งเลี้ยง ไม่ควรเป็นน้ำผึ้งป่าเพราะว่าน้ำผึ้งป่ามีกลิ่นไม่คงที่ เนื่องจากแต่ละป่ามีเกสรไม่คงที่ 2.ผลไม้ที่ใช้ชนิดอะไรก็ได้ตามความชอบ แต่ต้องนำไปอบให้เรียบร้อย

ดร.ประเทือง ผาภักดิ์ทายว่า มูสลี่แผ่น เป็นอีกหนึ่งผลิตภัณฑ์ ที่จะช่วยสร้างรายได้ให้กับผู้สนใจได้เป็นอย่างดี และที่สำคัญคือเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง จึงอยากเผยแพร่ให้ท่านที่สนใจ โดยติดต่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ พ.ต.ดร.ประเทือง โชคประเสริฐ อาจารย์ประจำสาขาวิชาเทคโนโลยีการอาหาร สังกัดมหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่ เฉลิมพระเกียรติ อ.ร้องกวาง จ.แพร่ โทรศัพท์ 0-5464-8593-5 ต่อ 6046 ,6061

กนกวรรณ งานประชาสัมพันธ์

ม.แม่โจ้

รหัสข่าว: B-080701018083(1 ก.ค. 51/07:13)

iQNewsClip
www.iqnewsclip.com

บริษัท อินโฟเควสท์ จำกัด 888/178 อาคารมหาพรมพลาซ่า ชั้น 17 ถนนเพลินจิต แขวงลุมพินี เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ 10330
โทร 0-2253-5000, 0-2651-4700 แฟกซ์ 0-2253-5001, 0-2651-4701 อีเมล: help@iqnewsclip.com

หน้า: 2/2