



ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	11 ก.ค. 2556	43	15622	3



ข้าวขาง ชื่อผักพื้นบ้านล้านนา พระยาการหากินในท้องทุ่ง

เมื่อหน้าฝนอย่างเข้ามา บรรดาพืชในนาต่างระริกเร็วไหวผลิดอกออกช่อ หรือแม้แต่รากพืชหรือเมล็ดพืชที่ตกหล่นอยู่ในนาต่างปรแตก รากออกมาตามท้องทุ่ง หนึ่งในนั้นคือผักขาง

สายฝนเริ่มโปรยปรายพรมผืนนาที่แห้งแล้งมายาวนานหลายๆเดือน ส่งผลให้เมล็ดพืชที่ตกหล่นฝังตัวอยู่ในนาเริ่มต้นตัว ผลิดอกออกรากแทงลงเนื้อดินนา โดยเฉพาะพืชพื้นบ้าน พันธุ์หรือทางนักวิชาการบางสาขาเรียกว่า พืชประจำถิ่น ต่างดีอกดีใจรับเอาน้ำฝนมาหล่อเลี้ยงชุ่มชื้นต่างแตกรากแทงใบ

แล้วออกเงยเจริญเติบโตสูงขึ้น

เลาะเลื่อยไปตามพื้นดินที่พวกมันอาศัยอยู่ ชาวบ้านต่างใช้โอกาสนี้ไปเสาะหาเก็บผักขางตามพื้นนา

เวลาที่จะออกไปเก็บผักขางส่วนมาก

นิยมเก็บในเวลาเช้า หรือสายๆหน่อย เพราะแดดยังไม่ค่อยร้อนเท่าใดนัก พื้นดินที่ผักขางออก ส่วนมากจะมีน้ำขึ้นและเล็กน้อย หรืออาจเป็นพื้นที่หนองน้ำเดิม หากเป็นพื้นที่นาเก่าอาจจะมีตอเพ็อง





กลุ่มภารกิจจดหมายเหตุและสารนิเทศท้องถิ่น

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยแม่โจ้

00189

NORTH CLIPPING 2556/

ชื่อหนังสือพิมพ์	วันที่	ปีที่	ฉบับที่	หน้า
ไทยนิวส์	11 ก.ค. 2556	43	15622	3

หรือตอฟางเหลืออยู่ มันจะแทงยอดสอแตกไป
ตามตอฟางเท่านั้น

เมื่อเห็นผักชีช่วง พวกเขาจะจับเอาโคน
ต้นผัก แล้วค่อยถอนขึ้นจากพื้นดิน บางครั้งรากของ
มันจะติดขึ้นมาด้วย แต่บางครั้ง ต้นของมันอาจขาด
จากราก แต่อย่างไรก็ตามผักชีช่วงเมื่อนำมาแล้วต้อง
ล้างให้สะอาด เพราะว่าปัจจุบันนาข้าวอาจมีสารพิษ
ปะปนอยู่ หากล้างผักชีช่วงไม่หมดสารพิษที่ตกค้าง
อาจเป็นพิษต่อผู้ที่รับประทาน

แต่ที่จริงแล้ว ผักชีช่วงเป็นผักพื้นบ้าน
เป็นผักที่บริสุทธิ์ ไม่มีพิษภัยต่อผู้คน นอกจากนี้ ผัก
ชีช่วงยังเป็นยาสมุนไพรที่มีรสค่อนข้างขมเล็กน้อย
สรรพคุณรักษาโรคท้องร่วงแก้ไข้ได้ดี

ภาพ เก็บผักชีช่วงแหล่งเรียนรู้พะเยา
ล้านนา ม.6 ต.ดอนแก้ว อ.แมริม จ.เชียงใหม่

...นิคม พรหมมาเทพย์...