



ชื่อหนังสือพิมพ์ ไทยนิวส์	วันที่ - 9 ม.ค. 2557	ปีที่ 44	ฉบับที่ 15804	หน้า 3
------------------------------	-------------------------	-------------	------------------	-----------



อันอ้อ.....ซื้อต้นไม้คนล้านนา

ต้นสมุนไพรที่คนล้ามาได้นำมาปลูกเพื่อใช้
เป็นพืชแก้โรคภัยต่างๆและใช้เป็นพืชขับแก้ลมในอาหาร
ที่พวกเราหลายคนยังไม่ค่อยรู้จัก นั่นคือต้น อันธพาล
เปิดเว็บไซต์ดูเห็นมีคนโพสต์เนื้อหามั่วแฉงที่
มีเม็ดสีดำเป็นแหล่งเชื้อโรคร้ายแรงทำให้คิดถึงลาบหมู
และต้นอันธพาลขึ้นมาทันที

การรับประทานลาบหมู ไม่ว่าสุกหรือดิบ
คนล้านนาต้องมีผักสมุนไพรมีเป็นเครื่องเคียงกับข้าว
หรือเป็นพืชที่นำมารับประทานแก้กลิ่นคาว หรือให้รส
ชาติลาบหมูเกิดอร่อยยิ่งขึ้น ที่จริงการรับประทาน
ลาบเรายังมีพืชหรือต้นสมุนไพรอีกหลายอย่างนำมา
ร่วมวงลาบหมู

แต่ก็นำเรื่องต้นอันนี้ออมาเล่าในวันนี้เพื่อว่า

มันเป็นพืชที่หลายคนอาจไม่รู้จัก พืชต้นนี้ใช้เด็ดต้น
ขยายพันธุ์ โดยการเด็ดลำต้นที่มีเนื้อเยื่อหนึ่และนำไป
ปักชำในที่ชื้นแฉะ หรือพื้นที่กษาลำเนาว่า "น้ำแฉะน้ำ
จ้"นั่นเอง เมื่อปักชำแล้วก็จะได้น้องต้นอ้อต้นใหม่ต่อไป

ในส่วนที่คนเราจะนำต้นอ้อมาเป็นผัก



เครื่องเคียงลาบหมู หรือกับลาบหมู ก็จะเด็ดเอากัน
ยอดของมันนั้นแหละมาล้างให้สะอาด นำไปรวมกับ
ผักสมุนไพรชนิดอื่นๆรับประทานกับลาบหมู หรืออาจ
จะรับประทานกับอาหารอย่างอื่นก็ได้แล้วแต่ชอบใจ

สรรพคุณของต้นอันอ้อ หากรับประทาน
ดิบๆ มีรสกลมกล่อม กลิ่นหอม ดับคาวกลิ่นอาหาร
โดยเฉพาะลาบดิบๆ เมื่อลงสู่ท้องจะมีสรรพคุณ
ป้องกันท้องอืด เพราะมีฤทธิ์ในการขับลมได้ดี

ต้นอันอ่อนมันชอบให้คนปลูกเด็ดมันตลอดเวลา หากไม่เด็ดยอดต้นมันจะเลื้อยออกไปยาว และเขียวเล็กนานๆ เข้าก็ตายไปเพราะมันเป็นต้นไม้อายุสั้นๆ หากปลูกแล้วต้องให้น้ำอยู่ตลอดเวลา หากไม่มีน้ำมันจะตายเหี่ยวไวมากน้อหุ้เขา....

ภาพ ต้นอ้นอ้อ แหล่งเรียนรู้พะผญาล้าน
นา ม.6 ต.ดอนแก้ว อ.แมริม จ.เชียงใหม่.

...นิคม พรหมมาเทพย์...