

แป้งเท้ายายม่อม

ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านการเกษตร

จังหวัดชลบุรี



กรมส่งเสริมการเกษตร
กระทรวงเกษตรและสหกรณ์



“เท้ายายม่อม” พืชพื้นเมืองประเภทแป้งชนิดหนึ่ง เป็นทรัพยากรทางธรรมชาติด้านพืชพรรณที่บ่งบอกถึงความอุดมสมบูรณ์และความหลากหลายของพืชท้องถิ่นในประเทศไทย พบมากบริเวณภาคตะวันออกเฉียงและภาคใต้ ส่วนในภาคกลางและภาคตะวันออก จะพบขึ้นกระจายในธรรมชาติบริเวณป่าลัดใบต่าง ๆ ป่าดิบแล้งที่เป็นดินทราย และบริเวณที่มีร่มเงาของต้นไม้ใหญ่ โดยในพื้นที่ภาคตะวันออกพบได้ตั้งแต่ป่าละเมาะ หาดทราย ไปจนถึงบนเขาหินปูนที่ไม่สูงมากนัก เท้ายายม่อมจัดเป็นพืชล้มลุกฤดูเดียวโดยธรรมชาติ มีระยะเวลาการเจริญเติบโตอย่างน้อย 3 ปีขึ้นไปจากเมล็ด เป็นพืชที่มีหัวสะสมแป้ง นิยมนำหัวมาผลิตเป็นแป้ง เรียกว่า **“แป้งเท้ายายม่อม”** ซึ่งเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีการทำมาแต่โบราณ โดยแป้งที่ได้จะมีเนื้อละเอียด เมื่อถูกความร้อนจะมีความใส แฉวาว และหนืดเหนียวพอเหมาะ นิยมนำมาทำขนมหวาน ปัจจุบันเท้ายายม่อมเป็นพืชพื้นเมืองที่ไม่ได้เป็นที่รู้จักและไม่ได้มีการปลูกอย่างแพร่หลายเหมือนในอดีต ดังนั้น ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการทำแป้งเท้ายายม่อมจึงมีค่อนข้างน้อย พบเฉพาะบางพื้นที่เท่านั้น เนื่องจากมีกรรมวิธีในการผลิตที่ค่อนข้างยุ่งยาก ใช้เวลานาน และต้องใช้ความละเอียดสูง ทำให้แป้งเท้ายายม่อมเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีราคาสูงกว่าแป้งจากพืชอื่น

การปลูกและขยายพันธุ์เท้ายายม่อม

ต้นเท้ายายม่อมเจริญเติบโตได้ดีบริเวณใต้ร่มเงาของไม้ชนิดอื่น เหมาะกับดินร่วนปนทรายหรือดินเหนียวปนทราย มีระยะพักตัวที่ลำต้นเทียม เหี่ยวแห้งในฤดูหนาวในช่วงเดือนพฤศจิกายน – ธันวาคม แต่ลำต้นจะงอกและเติบโตให้เห็นตั้งแต่ต้นฤดูฝนในช่วงเดือนเมษายนและเดือนพฤษภาคม สามารถขยายพันธุ์ด้วย 2 วิธี คือ

1. การเพาะด้วยเมล็ด โดยใช้เมล็ดแก่หลังต้นแห้งตายแล้ว แต่ควรเก็บเมล็ดไว้สักระยะ 2 - 3 เดือน เพื่อให้เมล็ดพักตัวก่อน การปลูกเท้ายายม่อมด้วยเมล็ดจะต้องให้ต้นเติบโตอย่างน้อย 2 ปี ก่อนเก็บหัว เพราะหัวเจริญช้ากว่าการปลูกด้วยหัวย่อย

2. การใช้หัว โดยใช้หัวลูกหรือหัวย่อยขนาดกลางที่เจริญออกจากหัวแม่ ใช้อัตราปลูก 100 กิโลกรัม/ไร่ ระยะปลูก 30 X 30 เซนติเมตร การใช้หัวย่อยสามารถเก็บหัวมาแปรรูปหลังปลูก 1 ฤดูปลูก หรือ 1 ปี

ทั้งนี้ การปลูกเท้ายายม่อมควรปลูกในต้นฤดูฝนประมาณต้นเดือนพฤษภาคม เพื่อให้ต้นได้งอกและเติบโตในช่วงฝน การเก็บหัวเท้ายายม่อมจะเก็บในช่วงปลายฤดูหนาว – ต้นฤดูแล้ง ประมาณเดือนธันวาคม - กุมภาพันธ์ ซึ่งใบจะเริ่มเหลืองและเหี่ยวหรือยุบตัวแห้งตาย โดยหัวหลักจะใช้ทำแป้ง ส่วนลูกหัวหรือขนาดเล็กจะเก็บไว้ปลูกในปีถัดไป





การผลิตแป้งเท้ายายม่อม

แป้งเท้ายายม่อม ได้มาจากการนำหัวของต้นเท้ายายม่อม มาแปรรูปเป็นแป้ง ซึ่งแป้งที่ผลิตได้นั้นจะมีราคาสูงกว่า แป้งชนิดอื่น เนื่องจากหัวเท้ายายม่อมสามารถเก็บเกี่ยวได้ ปีละ 1 ครั้ง และวิธีการผลิตแป้งค่อนข้างซับซ้อน กรรมวิธีการผลิตแป้ง มี 2 รูปแบบ คือ การผลิตแบบดั้งเดิมและการผลิตแบบปัจจุบัน ซึ่งจะมีความแตกต่างกันในขั้นตอนการปอกเปลือก การทำให้เนื้อละเอียดก่อนนำไปคั้นน้ำแป้งหรือการทำแห้ง ทั้งหมดนี้เป็นการดัดแปลงโดยใช้เทคโนโลยีเข้ามาช่วยอำนวยความสะดวก ประหยัดเวลา และได้แป้งเท้ายายม่อมที่มีความขาวสะอาดมากขึ้น แต่ผลผลิตแป้งที่ได้จะมีปริมาณใกล้เคียงกัน คือ หัวเท้ายายม่อม 10 กิโลกรัม จะทำเป็นแป้งได้ประมาณ 2 กิโลกรัม



วิธีการทำแป้งเท้ายายม่อมแบบดั้งเดิม

1. นำหัวเท้ายายม่อมมาล้างน้ำให้สะอาด 2 - 3 น้ำ ก่อนปอกเปลือกบาง ๆ ทั้ง ทั้งนี้ ควรปอกเปลือกออกให้หมด เพราะเปลือกมีสารพิษมากกว่าส่วนอื่น
2. นำหัวเท้ายายม่อมมาฝนบนแผ่นหนังปลากระเบน ที่ยึดกับแผ่นไม้สำหรับทำเป็นเครื่องชูด หลังจากการชูด ก็จะได้เนื้อหัวเท้ายายม่อมที่มีลักษณะละเอียดเป็นน้ำแป้ง
3. หากเนื้อแป้งมีน้ำน้อย ให้ผสมน้ำเพิ่มและบีบขนาด ให้แป้งละลายตัว
4. นำน้ำแป้งที่ได้กรองด้วยผ้าขาวบาง ส่วนกากนำไปใช้ประโยชน์อื่นต่อ เช่น นำไปตากแดดให้แห้งก่อนใช้เลี้ยงสัตว์
5. นำน้ำแป้งที่กรองได้ ตั้งทิ้งไว้นาน 3 - 5 ชั่วโมง จนเนื้อแป้งตกตะกอนด้านล่างก่อนเทน้ำส่วนบนทิ้ง
6. เทน้ำใหม่เพิ่มในระดับเดียวกับครั้งก่อน คนให้เข้ากัน ก่อนกรองด้วยผ้าขาวอีกครั้ง จากนั้นตั้งทิ้งไว้ตามเดิม แล้วเทแยกน้ำส่วนบนทิ้ง
7. ให้ทำซ้ำตามวิธีเดิมอีก โดยล้างเป็นเวลา 3 วัน วันละ 3 ครั้ง เช้า - กลางวัน - เย็น รวมทั้งหมด 9 ครั้ง



8. นำเนื้อแป้งที่กรองได้มาตากแดดให้แห้ง นาน 2 วัน ก็จะไดผงแป้งเท้ายายม่อมแห้งสนิท
9. การคัดบรรจุหีบห่อ นำบรรจุถุงหรือวัสดุต่าง ๆ เพื่อจำหน่ายต่อไป
10. หัวเท้ายายม่อม 4 กิโลกรัม จะสกัดเป็นแป้งผงได้ประมาณ 1 กิโลกรัม



ข้อมูล : วิสาหกิจชุมชนบ้านสวนกานต์ศรีวิผลไม้แปรรูป จังหวัดชลบุรี
 เรียบเรียง : กลุ่มภูมิปัญญาท้องถิ่นและนวัตกรรมด้านการเกษตร กองวิจัยและพัฒนาางานส่งเสริมการเกษตร กรมส่งเสริมการเกษตร
 บรรณาธิการ : กลุ่มพัฒนาสื่อส่งเสริมการเกษตร สำนักพัฒนาการถ่ายทอดเทคโนโลยี กรมส่งเสริมการเกษตร
 ออกแบบ : กลุ่มศิลปกรรมส่งเสริมการเกษตร สำนักพัฒนาการถ่ายทอดเทคโนโลยี กรมส่งเสริมการเกษตร
 จัดทำในรูปแบบไฟล์อิเล็กทรอนิกส์ : พ.ศ. 2567