

ข่าวประชาสัมพันธ์

ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาอาชีพการเกษตรจังหวัดเชียงราย
<http://www.aopdh11.doae.go.th>

ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๔ ปีถัดหลัง ประจำเดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๘

การแปรรูปเกาลัดจีน



เกาลัดคั่วในเม็ดทราย

เม็ดทรายขนาดประมาณ ๓-๕ มิลลิเมตร เป็นทรายที่ใช้ในการก่อสร้าง หรือที่เห็นตามตู้ปลาใส่น้ำตาล พอคั่วหรือแม่คั่วจะนำเอาทรายแห้งใส่ลงไปในกระทะใบใหญ่ พอทรายร้อนระอุได้ที่จนเป็นสีดำ ก็จะทำเอาลูกเกาลัดใส่ลงไป บางร้านเติมน้ำตาลทรายคั่วรวมกันให้ได้รสหวาน บางร้านเพิ่มกลิ่นหอมด้วยการใส่เมล็ดกาแฟคั่วลงไป เหตุผลที่ต้องใช้เม็ดทรายเพราะเม็ดทรายช่วยเก็บความร้อนไว้ได้นาน ซึ่งดีสำหรับการทำให้เกาลัดสุกถึงเนื้อผลด้านใน และหากสังเกตกันดี ๆ เนื้อผลของเกาลัดนั้นจะไม่ติดกับเปลือก

ดังนั้นการใช้ทรายที่ร้อนระอุตลอดเวลาจะช่วยให้เนื้อเกาลัด ค่อย ๆ สุก แต่ต้องหมั่นคนเพื่อไม่ให้เกาลัดไหม้ ซึ่งจะคั่วกันนาน ๓๐-๔๐ นาที เม็ดทรายนั้นใช้ได้ยาวนานกว่า ๑ เดือน เรียกว่าคั่วเกาลัดได้หลายกระทะ จนทรายที่เป็นเม็ดเริ่มปนเป็นผง แล้วจึงจะเปลี่ยนไปใช้เม็ดทรายชุดใหม่ต่อไปนี้ก็เข้าใจใหม่ว่า เกาลัดนั้นคั่วในทราย ไม่ใช่เมล็ดกาแฟอย่างที่เข้าใจกัน



ข้าวประชาสัมพันธ์

ศูนย์ส่งเสริมและพัฒนาอาชีพการเกษตรจังหวัดเชียงราย
<http://www.aopdh11.doae.go.th>



สรรพคุณของเกาลัด

๑. เกาลัดมีฤทธิ์อุ่น รสหวาน มีสรรพคุณบำรุงร่างกาย บำรุงไต กล้ามเนื้อ ม้าม และกระเพาะอาหาร บำรุงลม แก้อ่อนแอ
๒. แก้ไอ ละลายเสมหะ แก้อาเจียน คลื่นไส้ ท้องเดิน
๓. ห้ามเลือด ช่วยการไหลเวียนเลือด
๔. แก้อาการถ่ายเป็นเลือด เลือดกำเดาไหล
๕. แก้วัณโรคที่ต่อมน้ำเหลืองที่คอโต และอาเจียนเป็นเลือด

ประโยชน์ของเกาลัด

๑. เกาลัด ๕๐๐ กรัมกับน้ำตาลทราย ๑๘๐ กรัม จนเปื่อยนิ่ม แล้วนำมายีและกดด้วยแม่พิมพ์ กินเป็นขนมหรือของว่างสำหรับเด็กที่มีกระดูกและกล้ามเนื้ออ่อนแอ และยังเหมาะกับผู้ป่วยหรือผู้ที่ร่างกายไม่แข็งแรงอีกด้วย
๒. กินเกาลัดแห้ง ๗ เมล็ดต่อวัน กับโจ๊กใตหมู ช่วยบรรเทาอาการปวดหลังและปวดเท้าได้ หรือกินเกาลัดดิบ แก้อักเสบ
๓. เผาเปลือกเกาลัดแล้วนำมาบดเป็นผงให้ได้ ๖ กรัม ผสมกับน้ำผึ้ง ๓๐ กรัม กินรักษาโรคผิวหนัง
๔. ต้มเกาลัด ๖๐ กรัมกับพุทราจีนแห้ง ๔ ผล และหมูเนื้อแดง กินบำบัดอาการหอบหืดหรือไอ

ข้อควรระวัง

๑. ผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับระบบย่อยอาหาร เช่น ท้องอืดบ่อย ๆ อาหารไม่ย่อย ไม่ควรรับประทานเกาลัด
๒. ผู้ที่เป็นโรคไขข้ออักเสบ ร้อนใน ตาบวม ไม่ควรรับประทานเกาลัด

