

สารพัน

กล้วย

หมายเหตุ จิตรธีธรรม



สารพันกล้วย



สำหรับ
บุคคลทั่วไป

นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาและนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา

กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี

สาระที่ 1 : การดำรงชีวิตและครอบครัว

มาตรฐาน ง 1.1 : เข้าใจ มีความคิดสร้างสรรค์ มีทักษะ มีคุณธรรม
มีจิตสำนึกในการใช้พลังงาน ทรัพยากรและ
สิ่งแวดล้อมในการทำงานเพื่อการดำรงชีวิตและ
ครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับงานบ้าน งานเกษตร
งานช่าง งานประดิษฐ์ และงานธุรกิจ

หมายเหตุ จิตริธรรม

สารพันกล้วย



ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

หมายเหตุ จิตธีรธรรม.

สารพันกล้วย-- กรุงเทพฯ : แม็ค, 2548.

136 หน้า.

1. ผัก. I. ชื่อเรื่อง.

584.21

ISBN : 974-261-909-3

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ

บริษัทของสงวนลิขสิทธิ์ ห้ามมิให้ผู้ใดนำส่วนหนึ่งส่วนใด หรือตอนหนึ่งตอนใด
ของเนื้อเรื่อง ภาพประกอบและอื่นๆ ที่ปรากฏอยู่ในหนังสือเล่มนี้ ไปทำการคัดลอก
โดยวิธีพิมพ์ดีด เรียงตัว อัดสำเนา ถ่ายฟิล์ม ถ่ายเอกสาร

พิมพ์โดยเครื่องจักร หรือวิธีการอื่นใด เพื่อนำไปแจก จำหน่าย

สงวนลิขสิทธิ์ : มิถุนายน พ.ศ. 2548

ราคา 120 บาท

จัดจำหน่ายโดย บริษัท สำนักพิมพ์แม็ค จำกัด

การสั่งซื้อ : ส่งธนาคัตติสั่งจ่าย ไปรษณีย์ลาดพร้าว ในนาม อาจารย์พีระ พนาสุภาน

9/99 อาคารแม็ค ซอยลาดพร้าว 38 ถนนลาดพร้าว แขวงจันทระเกษม

เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

โทรศัพท์ 0-2938-2022-7 **โทรสาร** 0-2938-2028

พิมพ์ที่ : บริษัท วีพรีน (1991)

โทรศัพท์ 0-2451-3010



คำนำ

กล้วย... เป็นสำนวนไทยฟังว่าเป็นเรื่องง่ายๆ จึงมักได้ยินคำว่า “ง่ายเหมือนปอกกล้วย” แม้แต่คำว่า “เรื่องกล้วยๆ” ก็หมายถึงเรื่องง่ายๆ แต่ในความเป็นจริงแล้ว กล้วยเป็นพืชที่มีคุณค่า มีความสำคัญและความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับชีวิตความเป็นอยู่คู่กับคนไทยมาช้านานแต่โบราณกาล เพราะเป็นผลไม้ชนิดแรกที่คนนำมาปลูกเพื่อใช้เป็นอาหาร และนำทุกส่วนของกล้วยมาใช้ประโยชน์ได้สารพัด

กล้วยนอกจากจะมีคุณค่าทางอาหารสูงแล้ว ยังเป็นอาหารหลักของคนไทยมาตั้งแต่เล็กจนโต ทุกส่วนของกล้วยไม่ว่าจะเป็นลำต้น ใบ ดอกหรือปลี กาบ ก้าน ราก เหง้า และยางกล้วย ล้วนเป็นสมุนไพรใกล้ตัวที่รักษาโรคได้อย่างดี กล้วยมิได้เพียงใช้ประโยชน์ในครัวเรือนเท่านั้น ยังสามารถสร้างรายได้แก่ครอบครัว และเป็นพืชส่งออกนำรายได้เข้าสู่ประเทศไทยได้อีกทางหนึ่ง

เพื่อให้เยาวชนและผู้สนใจได้รู้จักกล้วย ซึ่งเป็นพืชแห่งภูมิปัญญาของมนุษย์ที่ถูกมองข้ามหลงลืมคุณค่าไปเสียนาน ผู้เขียนจึงได้รวบรวมประโยชน์จากกล้วยไว้ในหนังสือสารพันกล้วยเล่มนี้ ให้ผู้สนใจศึกษาข้อมูลเรื่องกล้วยด้วยตนเองตามอัธยาศัย

หมายเหตุ จิตรธรรม



สารบัญ

บทนำเรื่อง	5
1 ความเป็นมาของกล้วย	7
2 การปลูกกล้วย	23
3 การดูแลบำรุงรักษา	30
4 คุณค่าอาหารจากกล้วย	38
5 การแปรรูปอาหารจากกล้วย	47
6 กล้วยสมุนไพรไล่สัตว์	90
7 ใบตอง	107
8 ของเล็บจากกล้วย	115
9 สายพ้าจากยางกล้วย	123
บทสรุป	134
บรรณานุกรม	135

บทนำเรื่อง



มนุษย์รู้จักนำกล้วยมาใช้ประโยชน์นานเป็นพันๆ ปีมาแล้ว กล้วยเป็นอาหารชนิดแรกของคนจึงได้มีการนำกล้วยมาปลูกไว้ตามบ้านเรือน เพื่อใช้ประโยชน์จากส่วนของลำต้นหรือที่เรียกว่าหอยกเป็นอาหารของคนและสัตว์ ผลดิบและผลสุกเป็นได้ทั้งผลไม้ อาหารหวาน และอาหารคาว ดอกหรือปลีเป็นอาหารที่ช่วยเพิ่มน้ำนมของแม่ลูกอ่อน กาบ ก้าน ใบสด ใบแห้ง ทำของใช้ของเล่นสำหรับเด็กและงานฝีมือได้อย่างดีเยี่ยม ยาง ราก เหง้า ก้าน ใบตอง ดอกหรือปลีเป็นสมุนไพร ไกล่ตัวที่หาได้ง่ายๆ ส่วนอื่นๆ ที่เหลือใช้นำไปทำปุ๋ยหมักสร้างความอุดมสมบูรณ์ให้กับดิน

กล้วยที่เรานำมาปลูกตามบ้านเรือนปัจจุบันนี้ สมัยก่อนต้องหามาจากป่าจึงเรียกกล้วยป่า อาจพูดได้ว่ากล้วยที่เราพบเห็นอยู่ทั่วไปถือได้ว่ามีกำเนิดมาจากกล้วยป่าทั้งสิ้น กล้วยมีอยู่ทุกภาคของประเทศไทย

ซึ่งกล้วยแต่ละชนิดจะมีลักษณะแตกต่างกัน การใช้สอยประโยชน์ก็แตกต่างกันออกไป บางชนิดปลูกไว้เป็นไม้ประดับที่สวยงามไม่แพ้ไม้ประดับชนิดอื่น บางชนิดปลูกไว้รับประทานผล ด้วยฝีมือของมนุษย์กล้วยได้รับการพัฒนาจนเป็นพืชทางเศรษฐกิจที่สำคัญทำรายได้ให้แก่ประเทศไทย ด้วยการส่งออกเป็นสินค้าที่ต่างประเทศนิยมรับประทานผลสุก

ปัจจุบันมีการปลูกกล้วยเพียงไม่กี่ชนิดทุกท้องถิ่นให้ความสำคัญกับการปลูกกล้วยไว้บริโภคในครัวเรือนและจำหน่ายเป็นรายได้ให้กับครอบครัวเพียงเล็กน้อย กล้วยบางชนิดไม่เป็นที่พึงประสงค์เพราะมีปริมาณผลผลิตน้อย รสชาติไม่เป็นที่นิยม จึงทำให้กล้วยหลายชนิดต้องสูญพันธุ์ไปอย่างน่าเสียดาย ด้วยเทคโนโลยีที่ก้าวล้ำนำสมัยทำให้พลาสติกและโฟมมาบดบดแทนที่วัสดุธรรมชาติ ส่วนต่างๆ ของกล้วยที่บรรพบุรุษเคยใช้ในพิธีกรรมที่สำคัญสืบทอดกันมาแต่โบราณลดความสำคัญลงไป เป็นที่น่าเสียดายที่คนในปัจจุบันไม่ได้ใช้ประโยชน์ของกล้วยอย่างแท้จริง เรื่องราวของกล้วยที่เป็นพืชเก่าแก่มีความน่าสนใจอยู่มากมาย ในต่างประเทศได้พัฒนากล้วยจนก้าวไกลอย่างมาก เราควรหันมาให้ความสำคัญกับกล้วยแต่ละชนิดที่ขึ้นอยู่ในเขตรัฐบ้านหรือตามป่าเขาว่ามีถิ่นกำเนิดมาจากไหน กล้วยมีส่วนต่างๆ ที่เรียกแตกต่างกันไปจากพืชชนิดอื่นอย่างไร เราควรรู้จักนำส่วนต่างๆ ของกล้วยไปใช้ในชีวิตประจำวัน และเราจะร่วมกันอนุรักษ์ทรัพยากรที่ทรงคุณค่านี้ได้อย่างไร



1 ความเป็นมา ของ กล้วย



กล้วยเป็นพืชที่อยู่คู่กับคนไทยมานานแล้ว ไม่ว่าจะเดินทางไป
ท่องถิ่นใดจะพบเห็นต้นกล้วยขึ้นอยู่ทุกภาค แม้แต่ตามป่าเขาก็ยังพบ
กล้วยป่าขึ้นอยู่ทั่วทุกพื้นที่ จึงนับได้ว่ากล้วยเป็นพืชที่อยู่ใกล้ตัว แต่
สิ่งที่อยู่ใกล้ตัวอย่างกล้วยนี้น้อยคนนักที่จะรับรู้เรื่องราวของกล้วยและ
เห็นประโยชน์ของกล้วยได้อย่างแท้จริง

ประวัติกล้วย



กล้วยเป็นพันธุ์ไม้ล้มลุกขนาดใหญ่ในสกุลพฤษศาสตร์ชื่อ Musa
ในวงศ์ Musaceae จัดแบ่งได้เป็น 2 สกุล ตามลักษณะของการแตกกอ
คือ สกุลกล้วยโหนด (Enscete) ได้แก่ กล้วยไม้แตกกอจะขึ้นเป็นต้นเดี่ยวๆ
ส่วนสกุลกล้วยแตกกอ (Susa) การแตกกอหรือแตกหน่อมีลักษณะใกล้

เคียงกับวงศ์ของชิง ข้า ขมื่น ที่มีลำต้นอยู่ใต้ดิน กล้วยมีถิ่นกำเนิดอยู่ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่มีอากาศร้อนชื้นและกึ่งร้อนซึ่งประกอบด้วยตอนเหนือของอินเดีย พม่า เขมร ไทย จีนตอนใต้ และแถบหมู่เกาะอินโดนีเซีย เกาะบอร์เนียว ใต้หวัน และฟิลิปปินส์ ประเทศเหล่านี้จะพบกล้วยมีอยู่ทั่วไปเป็นพืชป่า กล้วยที่พบนี้มีหลายชนิดทั้งมีเมล็ดและไม่มีเมล็ด แต่ละพันธุ์มีชื่อเป็นภาษาถิ่นของประเทศนั้น กล้วยเป็นอาหารหลักของคนชาติต่างๆ คณะที่ปรึกษาด้านการเกษตรนานาชาติ (Consultative Group International Agricultural Research / CGIAR) ภายใต้การสนับสนุนโครงการพัฒนาแห่งองค์การสหประชาชาติ ได้จัดลำดับความสำคัญของกล้วยไว้ว่า เป็นอาหารที่ประชากรโลกบริโภคสูงเป็นลำดับที่ 4 ในแง่ปริมาณการผลิตรวมรองจากข้าว ข้าวสาลี และนมตามลำดับ แม้แต่ในอินเดียที่เป็นแหล่งผลิตกล้วยที่สำคัญที่สุดในโลก ในประวัติศาสตร์เมื่อหลายพันปีมาแล้ว ในการเดินเรือค้าขายระหว่างอินเดียนกับเอเชียได้มีการนำกล้วยเดินทางไปด้วย ซึ่งเป็นการบ่งชี้ถึงความเก่าแก่ หรือสันนิษฐานได้ว่ากล้วยเป็นพืชที่มีวิวัฒนาการพร้อมกับการกำเนิดของโลกเหมือนพืชชนิดอื่นๆ ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากล้วยเป็นพืชดั้งเดิมของเอเชีย และมีการกระจายพันธุ์ไปที่อื่นๆ

การแพร่กระจาย



กล้วยมีการแพร่กระจายพันธุ์จนทำให้รู้จักกันไปทั่วโลกได้นั้น เกิดจากการอพยพเคลื่อนย้ายถิ่นที่อยู่ของประชากรจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง เนื่องจากการสูญเสียแผ่นดินในการทำมาหากินสมัยโบราณนาน

หลายศตวรรษ เมื่อเกิดการอพยพแต่ละครั้งก็มีการนำเสบียงอาหาร ติดตัวไป เช่น หน่อกล้วยและผลผลิตทางการเกษตร จึงพบหลักฐานการแพร่กระจายพันธุ์กล้วยโดยมีการอ้างอิงถึงในอินเดียตั้งแต่ 600 ปีก่อนคริสต์ศักราช และกล่าวถึงกล้วยก่อนพุทธศักราชว่า พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ภิกษุสามเณรนั้นน้ำปานะที่คั้นจากกล้วยมีเมล็ดและไม่มีเมล็ดได้ แสดงว่าคนเก่าแก่ตั้งแต่สมัยก่อนโบราณรู้จักนำกล้วยมาใช้ ประโยชน์กันนานแล้ว ก่อนมีหลักฐานแสดงไว้

มีการกล่าวถึงการขยายพันธุ์กล้วยเมื่อประมาณ 2000 ปี ในประเทศจีนเริ่มมีการกล่าวถึงกล้วยกันเมื่อ ค.ศ. 200 หรือ พ.ศ. 743 ทางแถบเมดิเตอร์เรเนียนหรือแถบประเทศกรีก อิตาลีนั้น ไม่มีการปลูกกล้วยจนเลย ค.ศ. 650 หรือ พ.ศ. 1193 ในปี ค.ศ. 1400 หรือ พ.ศ. 1943 ชาวโปรตุเกสได้นำกล้วยไปยังหมู่เกาะคานารี และตั้งแต่นั้นเป็นต้นมาก็เริ่มนำกล้วยไปยังซีกโลกตะวันตก ในต้นศตวรรษที่ 19 หรือประมาณ พ.ศ. 2300 กล้วยหลายพันธุ์ถูกนำมารวบรวมไว้ที่โดมินีกา เมื่อ ค.ศ. 1902 หรือ พ.ศ. 2445 ซึ่งเป็นเขตร้อน และมีการปลูกกล้วยหลายพันธุ์ไว้เป็นอาหาร ส่วนมากกล้วยที่นำมาปลูกแถบเส้นศูนย์สูตรขึ้นไปทางเหนือและลงมาทางใต้ ได้ขยายการปลูกไปในพื้นที่ที่เหมาะสมแก่การปลูก ตำนานเก่าแก่ของสเปนก็มีการบันทึกเรื่องกล้วยเช่นกัน โดยกล่าวว่ามิผู้พบพันธุ์กล้วยที่มีแบ่งมากในบริเวณแถบร้อนของอเมริกา และในปี ค.ศ. 1866 หรือ พ.ศ. 2409 ประเทศในทวีปอเมริกาเหนือและยุโรปตะวันตกเริ่มรู้จักกล้วยและนิยมปลูกอยู่ทั่วไปในแถบศูนย์สูตร กล้วยที่นำมาปลูกไว้รับประทานผลเป็นกล้วยแตกกอสามารถ

พัฒนาเนื้อผลได้จากผนังรังไข่ของดอกตัวเมียโดยไม่ต้องผสมเกสร
ผลกล้วย ที่ได้ทั่วไปจึงไม่มีเมล็ด สะดวกแก่การรับประทาน
ความชาญฉลาดที่มนุษย์รู้จักคัดพันธุ์กล้วยป่าตามธรรมชาติที่มีรสหวาน
และมีเมล็ดน้อยมาปลูกที่บ้าน ต่อมาได้พัฒนาพันธุ์ใหม่ๆ ขึ้นอีก
จนเกิดมีพันธุ์กล้วยอย่างมากมายแพร่กระจายไปทั่วโลก

กล้วยที่พบในประเทศไทย



กล้วยถือว่าเป็นพืชเก่าแก่ของประเทศไทยตั้งแต่โบราณจะเห็นว่า
ในพิธีต่างๆ ทางศาสนาจะมีการใช้ส่วนต่างๆ ของกล้วยเพื่อประกอบ
พิธีนั้นๆ และประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่ตั้งอยู่ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้
จึงเป็นถิ่นกำเนิดของกล้วยมากกว่า 13 สายพันธุ์ และจากการ
สำรวจพันธุ์กล้วยในประเทศไทย โดยศาสตราจารย์เบญจมาศ ศิลาสัย
ภาควิชาพืชสวน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รายงานการรวบรวม
พันธุ์กล้วยที่พบไว้ 323 สายพันธุ์ เมื่อนำมาจำแนกชนิดแล้วได้ 59
สายพันธุ์ ซึ่งนักวิชาการได้ลงความเห็นว่าย กล้วยที่เรารับประทานได้
เกือบทั้งหมดมีวิวัฒนาการมาจากพันธุ์กล้วยป่าทั้งสิ้น ยกเว้นกล้วย
ตานีซึ่งมีลักษณะของกล้วยป่าไม่พบในประเทศไทย สันนิษฐานว่าถิ่น
กำเนิดของกล้วยตานีอยู่ในแคว้นอัสสัมของอินเดีย ตามประวัติศาสตร์
คนไทยได้เคยอพยพมาจากตอนใต้ของประเทศจีนแถบสิบสองปันนา
ซึ่งอยู่ใกล้กับตอนเหนือของประเทศอินเดีย ดังนั้นการเคลื่อนย้ายของ
กล้วยตานี สันนิษฐานว่าอาจมีการนำเข้ามาพร้อมกับการอพยพของ
คนไทย และกลายเป็นกล้วยปลูกตามบ้านเพื่อใช้ประโยชน์จากใบ ต้น

และรับประทานผลอ่อน สำหรับประเทศไทยก็เป็นถิ่นกำเนิดของ
กล้วยป่า จึงพบกล้วยป่าอยู่ทั่วประเทศ

ความแตกต่างลักษณะของกล้วยมองจากภายนอก จะเห็นความ
แตกต่างจากลักษณะของทรงใบ สี ขนาดของลำต้น รูปทรงของปลี
ลักษณะของผล เปลือกของผลที่เราสามารถสังเกตได้ดังนี้



กล้วยป่า



ลักษณะของกล้วยป่า ทางใบยาว แผ่นใบกว้าง สีเขียว ค่อนข้างหนา มีนวลใต้ใบ ก้านใบสีเขียวอ่อน ร่องใบปิด ขอบของก้านใบตั้งแผ่กางออก มีครีบหรือปีก ก้านช่อดอกมีขน ก้านดอกสั้น รังไข่มี 2 แฉก ใหล่ของกาบปลีแคบ การม้วนของกาบใบม้วนขึ้นไปทางด้านหลัง ปลีรูปไข่ปลายแหลม เมื่อบานเปิดม้วนขึ้นเห็นผลกล้วยสีเขียวจัด ผลของกล้วยป่าใน 1 เครือ ติดผลขนาดเล็ก 7 - 8 หวี แต่ละหวีจะมีผล 14 - 17 ผล เมื่อผลสุกมีสีเหลือง เนื้อในมีรสหวาน แต่มีเมล็ดสีดำจำนวนมาก เปลือกหุ้มเมล็ดแข็ง ขนาดลำต้นเมื่อโต เต็มที่ลำต้นจะมีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง 18-25 เซนติเมตร สูง 180 - 225 เซนติเมตร ขยายพันธุ์โดยใช้หน่อหรือใช้เมล็ดปลูก