



กรุ่นกลิ่นหอม'ชาดอกไม้' เต็มสดชื่นคุณค่าจากธรรมชาติ

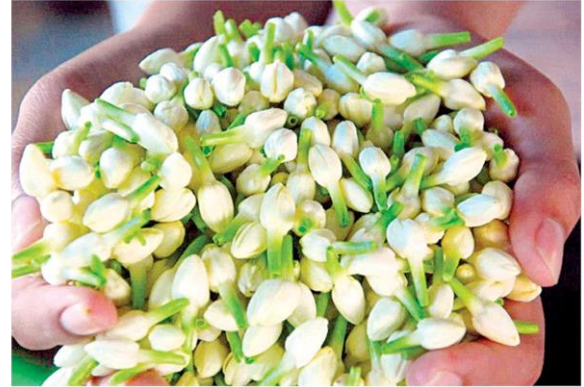


★เดลินิวส์★
วาไรตี้

ดอกไม้ไทย ดอกไม้รอบตัวที่มีกลิ่นหอม สีสันสวยงาม
เฟลิดเฟลีน นอกจากให้ความสดชื่น ผ่อนคลาย บางชนิดยัง
นำมาเป็นวัตถุดิบปรุงอาหาร นำมาจัดแต่งจาน ทั้งนำมาปรุงเป็น
เครื่องดื่ม “ปรุงชา” ให้กลิ่น รส เป็นเอกลักษณ์...

ดอกไม้หลายชนิดนำมาทำเป็นดอกไม้แห้งเพื่อชงชา หาก
ชานี้ถึงก็มีอยู่ไม่น้อยที่โดดเด่น เต็มบรรยากาศการดื่มชา ด้วย
วิธีการทำที่ไม่ซับซ้อน ทำง่ายโดยอาจต่อยอดนำมาเป็นอาชีพ เป็น
งานอดิเรก หรือปรุงสร้างสรรค์ สร้างเมนูใหม่ ๆ เพิ่มความหลากหลาย
เพิ่มขึ้น

อาจารย์ภัทรกร ภควีระชาติ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล กรุงเทพฯ ให้ความรู้การปรุงชาดอกไม้ พาค้นคุณค่าจากธรรมชาติ ทั้งนี้พาสัมผัสกลิ่นรสที่มีความเฉพาะตัว จุดเด่นของชาดอกไม้ว่า เมื่อพุดถึงชาหมักถึงใบชา แต่ทั้งนี้เครื่องดื่มชาสามารถนำส่วนต่าง ๆ ของพืช ไม่ว่าจะเป็นส่วนใบ ส่วนดอก ฯลฯ ทำชาได้ อย่างเช่นดอกไม้ โดยดอกไม้ที่เลือกนำมาใช้ส่วนใหญ่เป็น ดอกไม้ที่มีกลิ่นหอม กลิ่นค่อนข้างเป็นเอกลักษณ์ และมีความสามารถในการต้านอนุมูลอิสระ อีกทั้งดอกไม้ที่นำมาปรุงชาในความพิเศษยังมี ความสวยงามของสีกลิ่นและกลีบดอก



“ดอกไม้บางชนิดให้สีที่สวยงาม กลีบดอกสวย ขณะที่บางชนิดให้สีต่างไป เป็นอีกมนต์เสน่ห์ของชาจากดอกไม้ แต่ที่ได้รับความนิยมของชาดอกไม้คือ การสร้างสรรค์การนำวัตถุดิบที่มีอยู่รอบตัวนำมาใช้ประโยชน์ นำมาเพิ่มคุณค่า อย่างเช่นดอกไม้ที่ปลูกในบ้านที่มีอยู่ใกล้ตัวนำมาทำชา เพิ่มรสชาติใหม่ ๆ เพิ่มอีกทางเลือกความหลากหลายให้กับเครื่องดื่มชา”

ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ อาจารย์ภัทรกร กล่าวเพิ่มอีกว่า ประเทศไทยเราปลูกดอกไม้ได้หลายชนิด ทั้งมีพืชผลการเกษตรให้ผลผลิตหลากหลายสลับเปลี่ยนหมุนเวียนกันตลอดปี โดยความพิเศษของคุณค่าจากธรรมชาติเหล่านี้สามารถนำมาเพิ่มมูลค่าให้กับผลผลิต สร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ เช่นเดียวกับเครื่องดื่มชาดอกไม้สามารถนำดอกไม้เกือบทุกชนิดมาทำได้



อ.ภัทรกร ภควีระชาติ

เว้นแต่ดอกไม้ที่มียาง ซึ่งจะไม่แนะนำ ดอกไม้ที่นำมาทำชาที่คุ้นเคยกันมีทั้ง กุหลาบ ดาวเรือง กระเจียว เก๊กฮวย มะลิ อัญชัน ฯลฯ โดยดอกไม้ที่กล่าวมานี้จากที่ศึกษาพบว่ามีส่วนต้านอนุมูลอิสระสูง แต่ละชนิดให้กลิ่น รส มีคุณสมบัติแตกต่างกันไป อย่างเช่น ชากุหลาบ กลีบกุหลาบและดอกกุหลาบที่นำมาทำชา ในกระบวนการทำจะค่อนข้างง่าย แห้งเร็ว แต่ขณะที่นำกลีบดอกไม้ออกมาทำความสะอาดจะต้องทำอย่างเบามือ ขณะที่สีของตัวชาให้สีออกโทนเหลือง มีสรรพคุณช่วยทางด้านระบบขับถ่าย ช่วยลดน้ำตาลในเลือด ฯลฯ

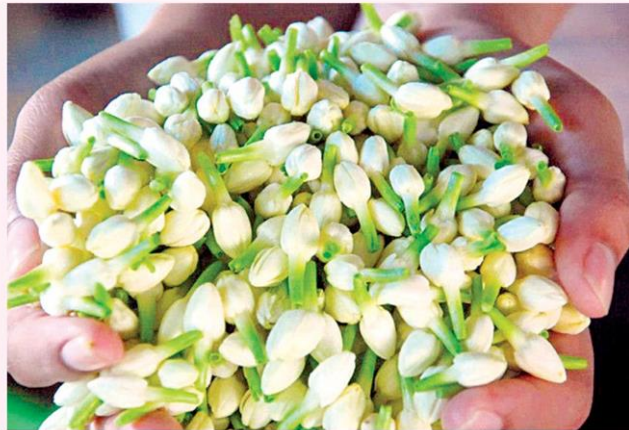
ชาดอกดาวเรือง มีความเด่นในเรื่องลดน้ำตาลในเลือด

ช่วยบำรุงสายตา ฯลฯ แต่กลิ่นจะมีเอกลักษณ์เฉพาะ มีสีค่อนข้างเด่นชัดเป็นสีเหลืองนวล ต่างจากชากุหลาบที่ให้สีที่แดงเรื่อ ๆ ส่วนชาดอกอัญชัน ให้สีที่ชัดเจนเป็นสีฟ้า อีกทั้งเมื่อเติมมะนาวลงไปจะให้สีชมพู เพิ่มลูกเล่นให้กับเครื่องดื่มได้มาก ทั้งมีสาระสำคัญดีต่อสุขภาพ นอกจากนี้ยังนำส่วนเกสรดอกไม้มาทำเป็นชาได้ อย่างเช่น เกสรดอกบัวหลวง กลีบดอกบัวหลวงจะให้ความหอม ให้ความสดชื่น ผ่อนคลาย ช่วยให้นอนหลับสบายขึ้น ที่ผ่านมายังได้นำ ดอกกาแฟมาทำชา ดอกกาแฟจะมีกลิ่นหอมอ่อน ๆ มีกลิ่นค่อนข้างเฉพาะตัว ทั้งมีรสสัมผัสเป็นเอกลักษณ์ เมื่อดื่มแล้วช่วยผ่อนคลาย

อีกทั้งวิธีการทำชาดอกกาแฟยังมีความพิเศษ โดยก่อนนำ



“
มีความ
เฉพาะตัว
เพิ่มความ
หลากหลาย
”



ดอกไม้ไปตาก หลังจากล้างทำความสะอาดจะนำไปคั่วไฟอ่อน ๆ เพื่อให้น้ำตาลที่มีอยู่ในดอกกาแฟออกมา ทำให้มีความหอมเพิ่มขึ้นและมีสีสวย เป็นสีน้ำตาลอ่อน ๆ เมื่อนำมาชงชา

“ดอกไม้ที่นำมาทำชาควรเลือกดอกไม้ที่มีความสะอาดความปลอดภัย ถ้าเป็นดอกไม้ที่ปลูกเอง ปลูกอยู่รอบรั้วบ้านก็จะดีกับสุขภาพ โดยเมื่อนำมาบริโภคจะนำดอกไม้มาต้มน้ำดื่ม หากเป็นดอกไม้ที่ปลูกเอง ดอกไม้ในธรรมชาติจะมีความปลอดภัยสูง”

สำหรับวิธีการทำชาดอกไม้ จากที่กล่าวทำได้ไม่ยากเพียงแค่ดอกไม้ไปตากแดดประมาณ 2-3 วัน ตากให้แห้งสนิทก็สามารถนำมาทำเป็นชาชงดื่มได้ ทั้งนี้อาจารย์ภัทรพร ให้คำแนะนำการทำชาดอกไม้ ควรรักษาคุณสมบัติโดดเด่นเพิ่มอีกว่า การเก็บดอกไม้ควรเป็นช่วงเวลาเช้า โดยช่วงเช้าเป็นเวลาที่ดอกไม้มีความสดชื่น หลังจากเก็บมาแล้วนำไปล้าง แกะกลีบดอกทำความสะอาด จากนั้นนำไปผึ่งให้แห้งเล็กน้อยแล้วนำไปตากแดด

“การตากแดดแนะนำให้ใช้ผ้าขาวบางรองและปิดคลุมด้านบน ทั้งนี้ก็กลีบดอกไม้มีความเบา เวลาตากแดดอาจมีลมพัดกลีบดอกกระจายไปได้ การแกะกลีบ

ดอกควรทำด้วยความเบามือ โดยถ้าดอกช้ำก่อนนำไปตากแดด จะมีกลิ่นของความช้ำของดอกไม้เข้าไปผสม ทำให้กลิ่นหอมของชาดอกไม้ลดลงได้"

ดอกไม้แต่ละชนิดควรแยกตาก ไม่ปะปนกัน ทั้งนี้แต่ละชนิดมีกลิ่นดอก มีความหนา บาง ขนาดดอกไม้แต่ละชนิดไม่เท่ากัน การแห้งจึงไม่พร้อมกัน ยิ่งกลีบดอกเล็กจะแห้งเร็ว อย่างเช่นกุหลาบ จะใช้เวลาประมาณสองวันจึงจะแห้งสนิท สิ่งสำคัญต้องตากให้แห้งสนิทซึ่งจะช่วยป้องกันเชื้อรา แต่อย่างไรแล้วการที่ ตากแห้งมากเกินไป กลิ่นของดอกไม้ก็จะหายไป ก็ต้องหมั่นสังเกต

นอกจากการตากแห้ง อาจใช้ การอบ ได้เช่นกัน ถ้ามีเครื่องอบสามารถนำไปอบได้ แต่หากเป็นวิธีการทำอย่างง่าย ๆ ใช้การตากแดดก็ให้ความสะดวก การอบจะช่วยควบคุมคุณภาพความหอมของชาดอกไม้ และหลังจากอบเสร็จควรนำมาพักให้อุณหภูมิคงที่ก่อนจัดเก็บ ใส่ภาชนะปิดสนิทจากที่กล่าวมายังมีดอกไม้กลิ่นหลาย

ชนิด อย่างเช่น ดอกชบา สามารถนำมาทำได้ โดยดอกไม้ชนิดนี้แนะนำเป็นกลีบดอกอย่างเดียว หรือ ดอกพวงชมพู สามารถนำมาทำชา นำดอกเล็ก ๆ ของพวงชมพูไปตากแห้งซึ่งเป็นเครื่องดื่มชาได้ เช่นเดียวกับ ดอกมะลิ เป็นชาดอกไม้ที่ได้รับความนิยมเป็นที่รู้จักมายาวนาน มะลิเป็นดอกไม้ที่มีกลิ่นหอมเย็น ให้ความผ่อนคลายได้ค่อนข้างดี เป็นต้น

ประโยชน์จากดอกไม้ คุณค่าจากธรรมชาติ นอกจากปรุงเป็นเครื่องดื่มชาดอกไม้ ยังต่อยอดนำมาปรุงสร้างสรรค์เพิ่มกลิ่น

เดิมลิ้นให้กับของหวานอีกหลากหลายเมนู อย่างเช่น ไอศกรีมเค้ก โดยที่ผ่านมาน้ำสียของดอกดาวเรืองมาทำขนมเค้ก หรืออัญชัน ดอกกุหลาบ น้ำสียสละมุนใสในไอศกรีม นำมาตกแต่งจานอาหาร เครื่องดื่ม เพิ่มความหลากหลายให้กับผลิตภัณฑ์

"การดื่มชาแนะนำเป็นเครื่องดื่มร้อน โดยธรรมชาติดอกไม้ที่นำมาทำชามีกลิ่นหอม มีความหวานโดยธรรมชาติ เป็นความหวานเบา ๆ สละมุน ไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ แต่หากต้องการเพิ่มความหวาน อาจใช้หญ้าหวาน นำมาชงกับชาดอกไม้ ก็มีความหอมหวานเพิ่มขึ้น

ชาบางชนิดที่มีกลิ่นเฉพาะอย่าง ชาดาวเรือง อาจปรุงผสมเดิมใบเตยเพื่อให้เกิดกลิ่นเบาลง หรือนำมาจับคู่ดื่มหรือลิ้นฟักกับผลไม้อบแห้ง ก็จะช่วยลดกลิ่นที่มีความเฉพาะตัวลงได้ โดยยังคงไว้ด้วยคุณสมบัติเด่นของดอกไม้ชนิดนี้ หรือชากุหลาบ ถ้าต้องการให้มีรสเปรี้ยวอาจทานคู่กับสับปะรดอบแห้งเป็นการเพิ่มรสชาติเพิ่มความหลากหลาย เดิมรสชาติเครื่องดื่มชาให้โดดเด่นขึ้น"

อาจารย์ภัทรกร ทั้งท้ายอีกว่า การทำชาจากดอกไม้ ยังให้ประโยชน์เป็นการฝึกสมาธิ การที่ค่อย ๆ แกะกลีบดอกไม้อย่างเบามือยังทำให้ได้สัมผัสกับกลิ่นหอมอ่อน ๆ ของดอกไม้ซึ่งให้ความผ่อนคลาย สดชื่นด้วยกลิ่นหอมจากธรรมชาติ ทั้งเชื่อมโยงส่งต่อการเรียนรู้พันธุ์ไม้ ได้เรียนรู้สิ่งรอบตัวนำมาใช้ประโยชน์อย่างคุ้มค่า

ทั้งเป็นกิจกรรมยามว่างงานอดิเรกที่สร้างเป็นอาชีพ และการทดลองสร้างสรรค์ชาดอกไม้กลิ่น รสใหม่ ๆ ยังเพิ่มความต่างเพิ่มความหลากหลายให้กับเครื่องดื่มชา...

เกิดเป็นสูตรเฉพาะตัวให้ความหอมสดชื่นเป็นเอกลักษณ์.

• พงษ์พรรณ บุญเลิศ •