

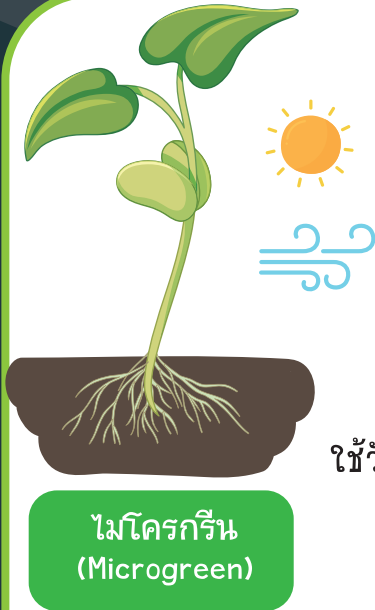
เพาะ “ต้นอ่อน” อย่างมืออาชีพ

ความนิยม “ต้นอ่อน” หรือ “ไมโครกรีน (microgreen)” มีมากขึ้นในปัจจุบัน ทั้งใช้เพื่อบริโภคหรือใช้ตกแต่งประดับจานอาหาร มีงานวิจัยพบว่า พืชในระยะต้นอ่อนจะมีคุณค่าทางอาหารสูงกว่าระยะเติบโตอื่น และพืชบางชนิดมีคุณค่าทางอาหารสูงกว่าผักที่โตเต็มวัยหลายเท่า

รู้จักลักษณะเมล็ด



ไมโครกรีน vs สเปรอตส์



2-3 ใบ	ใบจริง	ไม่มีใบจริง
7-14 วัน	เก็บเกี่ยว	3-5 วัน
4-7 นิ้ว	ความยาวต้น	2-3 นิ้ว
ใช้วัสดุเพาะหรือดินและรดน้ำ	เพาะปลูก	ให้ความชื้นโดยการรดน้ำ
ต้องการ	แสง	ไม่ต้องการ
ต้องการ	การถ่ายเทอากาศ	ไม่ต้องการ
พืชผัก ธัญพืช สมุนไพร	ชนิดพืช	ธัญพืช
เฉพาะใบและลำต้นบางส่วน	รับประทาน	ได้ทุกส่วน



ข้อมูลโดย

ดร.สุเทพ วัชรเวชศฤงคาร
คณะผลิตกรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้
นางสาวณิฏฐา คุ่มโต
ฝ่ายถ่ายทอดเทคโนโลยี
สถาบันการจัดการเทคโนโลยีและนวัตกรรมเกษตร

ผลิตสื่อโดย

สถาบันการจัดการเทคโนโลยีและนวัตกรรมเกษตร (สท.)
สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.)
111 อุทยานวิทยาศาสตร์ประเทศไทย ถนนพหลโยธิน ตำบลคลองหนึ่ง
อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี 12120 โทรศัพท์ 0 2564 7000
www.nstda.or.th/agritec อีเมล agritec@nstda.or.th

วัสดุและอุปกรณ์เพาะต้นอ่อน



เตรียม "วัสดุเพาะ" ต้นอ่อน

- แกลบดำ 1 ส่วน + ขุยมะพร้าวละเอียด 1 ส่วน
(โดยปริมาตร) (โดยปริมาตร)
- แช่ขุยมะพร้าวละเอียดในน้ำนาน 30 นาที
ให้อิ่มน้ำและลดความเค็ม
แล้วบีบน้ำออกให้เหลือ ความชื้นประมาณ 60%
(บีบขุยมะพร้าวแล้ว ไม่มีน้ำไหลออกตามร่องนิ้วมือ)
- นำขุยมะพร้าวละเอียดผสมกับแกลบดำ คลุกเคล้าให้เข้ากัน

"ตัดต้นอ่อน" บริโภคหรือจำหน่าย

- ควรใช้มีดโกนหรือคัตเตอร์ที่คม ต้นอ่อนจะไม่ช้ำ
- นำต้นอ่อนที่ตัดแล้วไปล้างน้ำให้สะอาด ฝั้ให้แห้ง ก่อนนำไป บริโภคหรือบรรจุในบรรจุภัณฑ์จำหน่าย

คิดคำนวณ

ต้นทุน

- ถาดเพาะข้าว ไบละ 50 บาท
- เมล็ดพันธุ์ ชีตละ 10-15 บาท (แล้วแต่ชนิดและร้านจำหน่าย)
- วัสดุเพาะ ถาดละ 3 บาท

ผลผลิต

- 1 ถาดเพาะข้าว ใช้เมล็ดพันธุ์ 200 กรัม
- ฝักบัว ทานตะวัน กระเจี๊ยบเขียว ไคววาระ ตัดได้ 1 รุ่น/การปลูก 1 ครั้ง
- ไต้วเหมียว ตัดได้ 3 รุ่น/การปลูก 1 ครั้ง

ราคาขาย

- ฝักบัว ทานตะวัน 1 ถาด ได้ต้นอ่อน 1-1.2 กก. ขาย **ชีตละ 10-15 บาท**
- ไต้วเหมียว กระเจี๊ยบ ไคววาระ 1 ถาด ได้ต้นอ่อน 1 กก. ขาย **ชีตละ 20 บาท**

เตรียม "เมล็ด" เพาะต้นอ่อน

- ชั่งเมล็ดฝักที่จะปลูกสำหรับ 1 ถาด

 - ฝักบัว ทานตะวัน กระเจี๊ยบเขียว ไต้วเหมียว (ถั่วลิ้นเตา) ใช้ 200 กรัม
 - ไคววาระ (ฝักขี้หูด/ฝักถาดหัว) ใช้ 100 กรัม

- ล้างทำความสะอาดเมล็ดและนำไปแช่น้ำที่อุณหภูมิ 50 องศาเซลเซียส (น้ำเดือด 1 ส่วน : น้ำธรรมดา 2 ส่วน) นาน 3 ชั่วโมง

การแช่น้ำ ทำให้เปลือกหุ้มเมล็ดอ่อนนุ่มขึ้น น้ำและอากาศผ่านเข้าออกได้ ทำให้เมล็ดงอกพร้อมกัน

***ไคววาระ** นำไปปลูกในถาดเพาะได้เลย ไม่ต้องแช่เมล็ด

- ห่อเมล็ดด้วยผ้าขนหนู นำไปบ่มในภาชนะที่มีฝาปิดเป็นเวลา 8-12 ชั่วโมง

***ไต้วเหมียว** แช่น้ำแล้วไม่ต้องบ่ม นำไปปลูกได้เลย

ปลูกต้นอ่อน

- ใส่วัสดุเพาะลงในถาดเพาะข้าวให้เต็ม เกี่ยวัสดุเพาะให้เรียบเสมอกัน ไม่กดหรือเคาะถาด จะทำให้วัสดุเพาะแน่น รากต้นอ่อนจะเจริญเติบโตได้ไม่ดี
- โรยเมล็ดฝักที่บ่มแล้ว (มีตุ่มรากงอก) ในถาดเพาะข้าว กลบเมล็ดด้วยวัสดุเพาะบางๆ รดน้ำให้ชุ่ม โรยเมล็ดต้องไม่ซ้อนทับกัน
- ปิดด้วยถาดเพาะเป็นเวลา 2 วัน จากนั้นนำมาวางในที่ร่มให้ได้รับแสง รดน้ำเช้าและเย็น เป็นเวลา 5 วัน

กรณีเพาะหลายถาด วางถาดซ้อนทับกัน ไม่เกิน 10 ชั้น ด้านบนสุดปิดด้วยถาดเพาะข้าว
- เมื่อฝักอายุ 7 วัน พร้อมตัดบริโภคหรือจำหน่าย *ไต้วเหมียวใช้เวลา 10 วัน