เรื่อง ผักกูด ผักพื้นบ้าน สร้างรายได้ในครัวเรือน

รายละเอียด

ที่บ้านใหม่ธงชัย อำเภอคลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร นางปัญญา คมขำ เกษตรกรชาวอำเภอคลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร หันมาปลูกผักกูด ผักพื้นบ้าน ในพื้นที่ 8 ไร่ ผสมผสานไปกับพืชยืนต้นอื่นๆ เช่นมะยงชิด กล้วย มังคุด ปรากฏว่าสร้างรายได้ให้กับครัวเรือนได้เป็นอย่างดี โดยได้เล่าว่าจุดเริ่มต้นของการปลูกผักกูด เกิดจากว่าจะมีการขุดลอกคลอง บริเวณหลังบ้านซึ่งมีผักกูดอยู่ ตัวเองกับสามีคิดว่าถ้าขุดลอกคลองแล้ว ผักกูดน่าจะสูญหายไป ทำให้คนรุ่นลูกรุ่นหลานไม่รู้จักผักพื้นบ้านชนิดนี้ ตัวเองกับสามีเลยไปเก็บต้นผักกูดที่รถขุดทิ้ง มาปลูกไว้พื้นที่หลังบ้าน แล้วปรากฏว่าปัจจุบันกลายเป็นพืชหลักที่สร้างรายได้ให้กับครอบครัวของตัวเองได้เป็นอย่างดี

โดยการปลูกผักกูดนั้น ใช้ระยะเวลาเพียงแค่ 2 ปีก็สามารถเก็บรับประทานได้ ขายได้แล้ว โดยการลงทุนก็จะเป็นการลงทุนกับการทำระบบน้ำเพื่อให้ความชุ่มชื้นกับผักกูด หลังจากนั้นก็จะไม่ลงทุนอะไรอีก เพราะไม่ได้ใส่ปุ๋ยหรือยาฆ่าแมลง จะมีการใส่ปุ๋ยหมักเท่านั้น สำหรับการปลูกผักกูดนั้นใช้หลักการพึ่งพิงกันและกันของพืช อื่นให้ โดยปลูกพืชยืนต้นให้ร่มเงากับผักกูด และใช้หลักการห่มฟางให้กับพืช เพื่อให้ความชุ่มชื้นให้กับพืช ปัจจุบันได้มีการขยายผักกูดในพื้นที่ไปเรื่อยๆ เนื่องจากมีรายได้จากการเก็บผักกูดทุกวัน โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน จะได้ผลผลิตค่อนข้างมาก จะมีการขายส่งให้กับพ่อค้าแม่ค้าในพื้นที่มารับถึงสวน ขายในกิโลกรัมละ 50 บาท โดยตัวเองมีรายได้ทุกวันจากการเก็บผักกูดขาย

The Office of Academic Resource Information Technology

ปัจจุบันตัวเองรู้สึกภูมิใจมาก เนื่องจากครอบครัวได้มีการซื้อที่ดินเพิ่ม และครอบครัวอยู่ด้วยกันพร้อมหน้าพร้อมตา ไม่ต้องไปทำงานต่างถิ่น ปัจจุบันตัวเองมีการขายต้นกล้าผักกูด พร้อมกับสามารถให้คำแนะนำกับเกษตรกรที่สนใจปลูกได้ด้วย โทร 094-7594505 ผักกกูดเป็นผักในตระกูลเฟิร์น มีเหง้าสูงได้ 1 เมตร ใบเป็นแผงรูปขนนก ตอนอายุไม่มากจะแตกเป็นรูปขนนกชั้นเดียว คู่ขนานกันไปตั้งแต่โคนใบถึงปลายใบ เมื่ออายุมากกว่า 5 ปี ใบจะเปลี่ยนเป็นรูปขนนก 2 ชั้น ยอดอ่อนและปลายยอดม้วนงอแบบก้นหอย มีสรรพคุณ โดย ใบผักกูดใช้ต้มน้ำดื่ม ช่วยแก้ไข้ตัวร้อน, แก้พิษอักเสบ, บำรุงสายตา, บำรุงโลหิต, แก้โลหิตจาง, ป้องกันเลือดออกตามไรฟัน, ขับปัสสาวะเด็ดขาดมาก, ลดความดันโลหิตสูง, ลดคอเลสเทอรอลในเม็ดเลือด มีสารเบตาแคโรทีน และธาตุเหล็กสูง การประกอบอาหารจะนำใบอ่อน ช่ออ่อน หรือส่วนของฟรอนด์ที่โผล่ขึ้นมาจากลำต้น มีส่วนปลายม้วนงอนี่แหละ ทำแกงกับปลาเนื้ออ่อนน้ำจืด ปลาช่อนหรือลวกจิ้มน้ำพริกชนิดต่างๆ ยำผักกูด, ผักกูดผัดน้ำมันหอย, แกงกะทิกับปลาย่าง, ลวกกะทิ แต่ไม่นิยมกินสดๆกันเพราะจะมียางเป็นเมือกอยู่ที่ก้านทำให้รสชาติไม่อร่อย

คำสำคัญ : ผักกูด ผักพื้นบ้าน

ที่มา : https://www.vsportkamphaeng.com/post/7363

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-05-12

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1521&code_db=610007&code_type=05

The Office Of Academic Resource Information And Technology