เรื่อง ตะลิงปลิง

The Office Of Academic Resource Information And Technology

รายละเอียด

ตะลิงปลิง (Bilimbi, Cucumber Tree) เป็นพืชสมุนไพรจำพวกไม้ยืนต้น ที่มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นต่างๆ เช่น ภาคใต้เรียก หลิงปริง หรือกะลิงปริง ส่วนชาวมลายูเรียก บลีมิง เป็นต้น ซึ่งต้นตะลิงปลิงนั้นเป็นพืชในวงศ์เดียวกับมะเฟือง แต่ตะลิงปลิงนั้นจะมีผลเล็กกว่ามะเฟืองอย่างชัดเจน โดยมีถิ่นกำเนิดอยู่ในแถบชายฝั่งทะเลของประเทศบราซิล เป็นพืชสมุนไพรที่นิยมปลูกกัน เนื่องจากลำต้นมีความสวยงาม และต้นตะลิงปลิงนั้นเป็นพืชที่อยู่ในเขตร้อน เป็นพืชสมุนไพรที่ปลูกเลี้ยงง่าย สามารถเจริญเติบโตได้ดีในดินร่วนปนทราย เพราะระบายน้ำดี แต่ไม่ชอบน้ำท่วมขัง และขยายพันธุ์ได้จากการเพาะเมล็ดหรือตอนกิ่ง แต่การเพาะเมล็ดจะได้ต้นที่สูงใหญ่กว่าการตอนกิ่ง

ลักษณะทั่วไปของตะลิงปลิง

สำหรับต้นตะลิงปลิงนั้นจัดเป็นไม้ผลยืนต้นขนาดเล็ก โดยมีลำต้นสูงประมาณ 5 – 15 เมตร ซึ่งเปลือกของ

ต้นมีสีชมพู มีการแตกกิ่งก้านมาก บริเวณกิ่งมีขนนุ่มๆ ขึ้นอยู่ ส่วนใบเป็นใบประกอบแบบขนนกสีเขียวอ่อนๆ คล้ายรูปหอก โคนมน ปลายแหลม และดอกของต้นตะลิงปลิงนั้นมีกลิ่นหอมและออกเป็นช่อๆ ห้อยอยู่หลายช่อบริเวณกิ่งและลำต้น ซึ่งจะมีกลีบดอก 5 กลีบ สีแดงเข้ม และกลีบเลี้ยงเป็นสีเขียวแกมชมพูอยู่ 5 กลีบ ส่วนผลเป็นผลเรียบสีเขียวจะมีรูปทรงกลมยาวและมนเป็นพู แต่เมื่อสุกจะเป็นสีเหลือง ซึ่งเนื้อภายในผลเป็นเนื้อเหลวๆ มีรสเปรี้ยว และมีเมล็ดแบนๆ

ประโยชน์และสรรพคุณของตะลิงปลิง

ใบ – ใช้พอกแก้อาการคัน ช่วยแก้อาการคางทูม รวมทั้งใช้รักษาสิว แก้กามโรค ไขข้ออักเสบ และแก้อาการลำไส้ใหญ่อักเสบ ให้รสเฝื่อน

ดอก – ใช้สำหรับแก้อาการไอ ให้รสเปรี้ยวฝาด

ผล – ใช้แก้อาการริดสีดวงทวาร แก้โรคเลือดออกตามไรฟัน รวมทั้งแก้อาการไอ แก้ไข้ แก้ปวดกระดูก ช่วยขับเหงื่อ รวมทั้งสมานแผล บำรุงร่างกาย และช่วยให้เจริญอาหารได้ดี ให้รสเปรี้ยวฝาด

ผลของตะลิงปลิงนั้นเป็นที่นิยมนำรับประทานคู่กับกะปิ น้ำปลาหวาน หรือเกลือ รวมทั้งส้มตำตะลิงปลิง มักรับประทานกับอาหารรสจัดๆ หรือเปรี้ยวๆ อย่างพวกต้มยำ หรือแกงส้ม ฯลฯ แต่อย่างไรก็ตาม ควรรับประทานในปริมาณพอเหมาะ ไม่ควรรับประทานมากเกินไปในเวลาติดต่อกันนานหลายๆวัน เนื่องจากจะทำให้เลือดเกิดการตกตะกอนขึ้นได้

คำสำคัญ : ตะลิงปลิง

ที่มา : www.samunpri.com/

รวบรวมและจัดทำข้อมูล : กาญจนา จันทร์สิงห์

วันที่ : 2020-05-08

https://arit.kpru.ac.th/ap2/local/?nu=pages&page_id=1504&code_db=610010&code_type=01

The Office Of Academic Resource Information And Technology