

## น้ำผึ้งแท้... ควรมีลักษณะอย่างไร



### น้ำผึ้ง...คืออะไร

คือ น้ำหวานที่ผึ้งเก็บจากต่อมน้ำหวานของไม้ดอกหรือต้นไม้ แล้วผ่านกระบวนการย่อยภายในตัวผึ้งขณะบินกลับรัง เปลี่ยนสภาพน้ำหวานเป็นน้ำผึ้งก่อนเก็บไว้ในหลอดรวง ซึ่งขณะนั้นจะมีน้ำเป็นส่วนประกอบอยู่มาก ผึ้งจะทำการระเหยน้ำนั้น ด้วยการช่วยกันกระพือปีกไล่ความชื้นจนกระทั่งมีน้ำเหลืออยู่น้อยกว่า 21 % เป็นความเข้มข้นที่พอดี ผึ้งก็จะทำการปิดฝาหลอดรวง จัดเป็นน้ำผึ้งที่มีคุณภาพ



### องค์ประกอบของน้ำผึ้ง

ส่วนใหญ่ร้อยละ 80 เป็นน้ำตาลเชิงเดี่ยว ที่ร่างกายสามารถดูดซึมไปใช้ได้ทันที นอกจากนั้นจะเป็นโปรตีน วิตามิน เกลือแร่ เอนไซม์ ฯลฯ

- น้ำตาลเชิงเดี่ยว ที่สำคัญ ได้แก่ ฟรุกโตส กลูโคส มอลโทส เลวูโลส
- กรด ที่สำคัญได้แก่ กรดกลูโคนิก และกรดอมิโน ไม่ต่ำกว่า 10 ชนิด
- แร่ธาตุ มีความหลากหลายชนิด เช่น โปแตสเซียม คลอรีน กำมะถัน ฟอสฟอรัส เหล็ก ฯลฯ
- เอนไซม์ ที่สำคัญ ได้แก่ กลูโคสออกซิเดส อินเวอร์เทสไดเอสเทส (อะไมเลส)
- วิตามิน ที่สำคัญ ได้แก่ วิตามินซีรวม ไทอามีน (ซี1) ไรโบฟลาวิน (บี2) วิตามินซี

### ลักษณะของน้ำผึ้ง

น้ำผึ้งแท้ จะมีสี กลิ่น ความชื้น แตกต่างกัน ตามชนิดของดอกไม้ หรือต้นไม้ที่ผึ้งไปเก็บน้ำหวาน

#### ❖ ลักษณะของน้ำผึ้งตกผลึก

- น้ำผึ้งแท้ จะมีสี กลิ่น ความชื้น แตกต่างกัน ตามชนิดของดอกไม้หรือต้นไม้ที่ผึ้งไปเก็บน้ำหวาน สัดส่วน ของน้ำตาลแต่ละชนิดและน้ำในน้ำผึ้ง ที่มากน้อยต่างกันไป เป็นตัวชักนำให้เกิดการตกผลึก ซึ่งไม่ใช่ น้ำผึ้งปลอม พบมากในน้ำผึ้งจากดอกลิ้นจี่ ทานตะวัน และยางพารา

## ❖ ลักษณะของน้ำผึ้งตกตะกอน

- เป็นลักษณะของน้ำผึ้งที่มีการปลอมปนน้ำตาล ตะกอนจะมีสีเข้มแตกต่างจากส่วนที่เป็นของเหลวอย่างชัดเจน

### ทำไมน้ำผึ้งเปลี่ยนสี

น้ำผึ้งเมื่อเก็บในระยะเวลาหนึ่งจะเกิดการเปลี่ยนสี หรือสีเข้มขึ้น เพราะปฏิกิริยาการสลายน้ำตาลฟรุกโตส เกิดสาร HMF (hydroxyl methyl furfural) ซักนำให้น้ำผึ้งมีสีเข้มขึ้น โดยที่น้ำผึ้งนั้นยังคงนำมาบริโภคได้ เพียงแต่สีไม่น่ารับประทานเท่านั้น น้ำผึ้งแต่ละชนิด จะเปลี่ยนสีเร็วหรือช้าต่างกันทั้งๆ ที่เก็บไว้ในสถานที่เดียวกัน เช่น น้ำผึ้งจากดอกกล้วย และมะพร้าว จะเปลี่ยนเป็นสีเข้มจนถึงดำได้เร็วกว่าน้ำผึ้งจากดอกลินจี่ นุ่น งา เป็นต้น

### น้ำผึ้งแท้ ควรมีลักษณะ อย่างไร

น้ำผึ้งแท้ หรือน้ำผึ้งที่ดี ต้องมีกลิ่นหอมของเกสรดอกไม้ตามชนิดที่ระบุไว้บนฉลากข้างขวด แต่ถ้าไม่สามารถเปิดขวดดมกลิ่น หรือไม่มีตัวอย่างให้ลองชิม ก็ควรพิจารณาคุณสมบัติข้ออื่น ตัวอย่างเช่น

1. สะอาด ไม่มีฟอง ไม่มีเศษละอองเกสร ตัวอ่อน ดักแด่ ปะปนอยู่
2. มีสีอ่อนใส สีเดียวกลมกลืนไปทั้งหมด ไม่แยกชั้น
3. มีความหนืด หรือมีความข้น แสดงว่ามีน้ำปะปนอยู่น้อย ถ้ามีมาก จุลินทรีย์สามารถเจริญเติบโต และทำให้น้ำผึ้งบูดเสีย
4. มีฉลากข้างขวด แสดงรายละเอียด แหล่งผลิต วันที่ผลิต วันหมดอายุ ผู้ผลิต เครื่องหมายรับรองคุณภาพจากหน่วยงาน/สถาบันที่เชื่อถือได้



### เก็บน้ำผึ้งได้นานแค่ไหน

ถ้าเก็บน้ำผึ้งที่มีคุณภาพ มีความชื้นไม่เกิน ๒๑ % สามารถเก็บไว้บริโภคได้ไม่น้อยกว่า ๒ ปี โดยไม่เกิดการบูดเสียและไม่ต้องเก็บในตู้เย็น

### วิธีการทดสอบน้ำผึ้งที่มีคุณภาพ ทำอย่างไร

สามารถทดสอบเบื้องต้นโดยการดมกลิ่น การทดลองชิม และดูผู้ผลิต ถ้าให้แน่ใจจริงๆ ต้องวิเคราะห์ในห้อง Lab ดูคุณภาพน้ำผึ้งตามฤดูกาลในเรื่องความชื้น ปริมาณน้ำตาล และการปนเปื้อนของเชื้อจุลินทรีย์ และให้ดูเครื่องหมายมาตรฐาน อย. และ GAP

### ลองมาทดสอบน้ำผึ้งแบบวิธีง่ายๆ ว่าเป็นน้ำแท้หรือไม่

1. ทดสอบโดยดูจากการไหลของสายน้ำผึ้ง หากเป็นน้ำผึ้งแท้ น้ำผึ้งจะไหลเป็นสายอย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดช่วงเหมือนกับน้ำผึ้งที่ผสมน้ำตาลหรือน้ำเชื่อม
2. นำน้ำผึ้งหยดลงผิวหนังเพียงเล็กน้อย แล้วใช้นิ้วลูบไล่เบาๆ ถ้าเป็นน้ำผึ้งแท้จะแทรกซึมลงไป ในผิวหนังจะรู้สึกเหนอะหนะเหมือนกับน้ำตาล หรือน้ำเชื่อม
3. นำน้ำผึ้งเทลงในน้ำเปล่าอุณหภูมิห้อง หรือน้ำอุ่น น้ำผึ้งแท้จะไม่รวมกับน้ำในทันทีเหมือนกับน้ำตาลหรือน้ำเชื่อม
4. หยดน้ำผึ้งลงแผ่นกระดาษถ้าเป็นน้ำผึ้งแท้จะไม่ซึมผ่านกระดาษ หรือซึมเล็กน้อย และใช้เวลานาน

5. นำน้ำผึ้งมาเคี่ยวจนเป็นผลึก ถ้าเป็นน้ำผึ้งแท้ ผลึกที่ได้จะบีแตกได้ง่าย แต่ถ้าเป็นน้ำผึ้งผสมน้ำเชื่อม ผลึกที่ได้จะแข็ง บีไม่แตกมีลักษณะเหมือนน้ำตาลกรวด

6. นำน้ำผึ้งใส่ช้อนแล้วนำไปเผาไฟ หากเป็นน้ำผึ้งแท้จะยังคงสภาพเป็นของเหลว แต่ถ้าเป็นน้ำผึ้งปลอมจะแห้งติดช้อน

7. นำไข่แดงสด หรือต้นหอม ใส่ลงในน้ำผึ้งแท้ ไข่แดงและต้นหอมจะสุก



ภาพข่าว รุ่งอรุณ อันสุดใจ  
เขียนข่าว รุ่งอรุณ อันสุดใจ  
ตรวจ/ร่าง อัจฉนา ชำนาญศิลป์  
ข่าวลำดับที่....๕๘-๐๑๕/๒๕๕๘

