

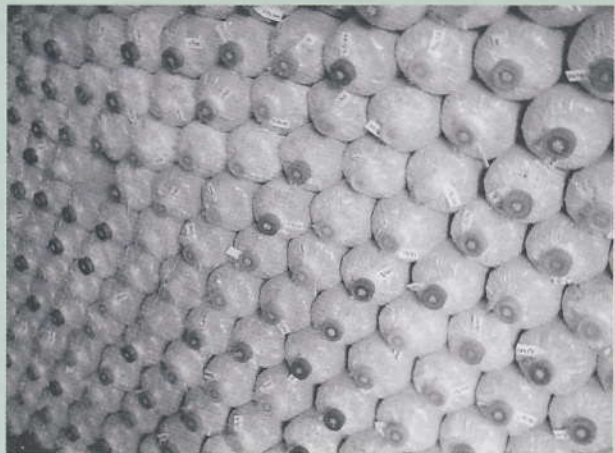
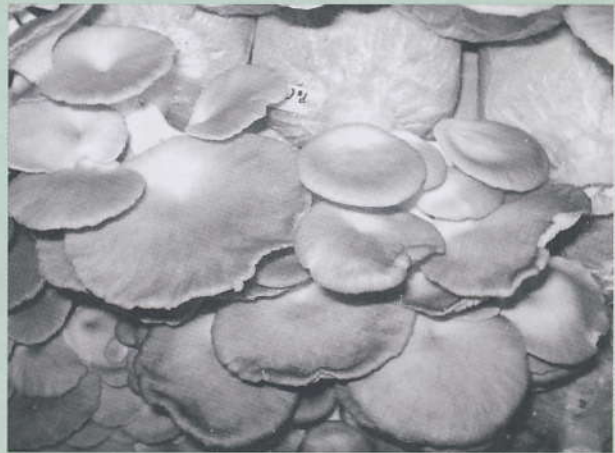
เห็ดนางรม

สายพันธุ์ที่เหมาะสมในภาคใต้

ลักษมี สุภัทรา / สวพ.8

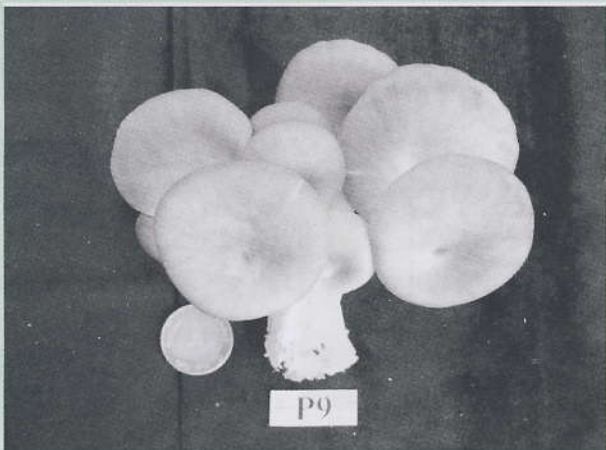
เมื่อพูดถึงเห็ดไม่มีใครที่จะไม่รู้จัก มีเห็ดทั้งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ และเห็ดที่มีการเพาะเป็นการค้า สำหรับเห็ดที่นิยมรับประทานกันมาก ได้แก่ เห็ดนางฟ้า เห็ดหอม เห็ดฟาง และเห็ดนางรม ในที่นี้จะพูดถึงเห็ดนางรม (*Pleurotus ostreatus* (Fr.) Kummer) ซึ่งมีถิ่นกำเนิดแถบยุโรป สามารถเจริญเติบโตได้ดีในเขตอบอุ่น เมื่อนำมาเพาะในประเทศไทยพบว่าเห็ดนางรมสามารถปรับตัวได้ดีและเป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย ในปัจจุบันเห็ดนางรมเป็นเห็ดที่นิยมบริโภคกันเป็นอย่างมาก ทั้งนี้เนื่องจากมีลักษณะคล้ายเห็ดขอนขาวและมีคุณค่าทางอาหารสูง มีรสชาติหอมหวาน เนื้อเห็ดไม่เหนียวและยังมีสารบางอย่างที่มีสรรพคุณเป็นยารักษาโรค จึงนิยมผลิตเพื่อบริโภคกันมาก

เห็ดนางรมขึ้นชื่อว่าเป็นเห็ดที่มีคุณค่าทางอาหารสูง โดยเฉพาะโปรตีน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน และธาตุอาหารหลายชนิด เช่น แคลเซียม ฟอสฟอรัส โปตัสเซียม ให้พลังงานค่อนข้างสูง มีวิตามินบี1 และ บี2 สูงกว่าเห็ดชนิดอื่น และยังมีกรดโพลีสูงกว่าเนื้อสัตว์และพืชผัก ช่วยป้องกันรักษาโรคโลหิตจางได้ จึงเหมาะสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง และมีปริมาณโซเดียมต่ำจึงใช้เป็นอาหารสำหรับผู้ที่ป่วยเป็นโรคหัวใจและโรคไตอักเสบ โดยทั่วไปนิยมนำมาประกอบอาหารได้หลายชนิด เนื่องจากเห็ดนางรมมีเนื้อที่หนานุ่ม จึงนิยมนำมาปรุงอาหารประเภทต้มยำ นึ่งจิ้มน้ำพริก ใส่แกงหน่อไม้ และทำเป็นยาหรือผักก็ได้ และนอกจากจะนิยมบริโภคแบบสดแล้วยังนิยมแปรรูป เช่น แหนมเห็ด เห็ดแดดเดียว หรือแม้กระทั่งนำมาทำในรูปของขนมขบเคี้ยว เช่น ขนมนางเล็ดหน้าเห็ด ซึ่งอาจจะดัดแปลงทำได้อีกหลายรูปแบบด้วยกันขึ้นอยู่กับความต้องการของผู้บริโภคเป็นสำคัญ ซึ่งการแปรรูป



เห็ดนางรมยังเป็นการเพิ่มมูลค่าให้กับเห็ดและยังเป็นการแก้ไขปัญหาผลผลิตล้นตลาดได้อีกด้วย

ปัจจุบันมีการเพาะเห็ดชนิดนี้ทั่วทุกภาคของประเทศไทย โดยสายพันธุ์เห็ดที่ใช้เพาะมีความหลากหลายในแต่ละพื้นที่ มีทั้งที่มีการเพาะแบบที่เป็นฟาร์มเห็ดในโรงโสมง และที่มีการทำฟาร์มเห็ดในพื้นที่ที่เป็นสวนยางพารา ซึ่งการเพาะแบบนี้จะทำให้โรงเพาะเห็ดมีร่มเงามากขึ้นเหมาะกับการเพาะในช่วงที่เป็นฤดูร้อนของภาคใต้ โดยที่สภาพภูมิอากาศของภาคใต้แตกต่างจากภาคอื่นๆ กล่าวคือ ไม่มีฤดูหนาวและมีฝนตกชุก และสภาพความชื้นค่อนข้างสูง ดังนั้นการเลือกสายพันธุ์เห็ดจึงนับได้ว่ามีความสำคัญมากเป็นอันดับต้นๆต่อการเพาะในแต่ละพื้นที่ สำหรับการคัดเลือกสายพันธุ์เห็ดนางรมนั้น ก่อนอื่นจำเป็นต้องมีการนำเห็ดสายพันธุ์ต่างๆ มาทำการเพาะในพื้นที่ภาคใต้ ทั้งในช่วงฤดูร้อนและฤดูฝนของภาคใต้ เพื่อเป็นการเพาะทดสอบหาว่าเห็ดสายพันธุ์ใดมีการเจริญของเส้นใยและให้ผลผลิตสูงที่สุด สำหรับการเพาะทดสอบในพื้นที่จังหวัดสงขลา จากการนำสายพันธุ์เห็ดนางรมจากศูนย์



เพาะพันธุ์เชื้อเห็ด จำนวน 8 สายพันธุ์ และจากพันธุ์การค้า จำนวน 2 สายพันธุ์ ซึ่งได้มาจากจังหวัดราชบุรี (P9) และสงขลา (P10)

จากการเพาะทดสอบเห็ดนางรมในพื้นที่จังหวัดสงขลาทั้ง 10 สายพันธุ์ พบว่า สายพันธุ์การค้าที่ได้จากฟาร์มเกษตรกรในจังหวัดราชบุรี (P9) ให้ผลผลิตดีที่สุกกว่าสายพันธุ์อื่นๆ สามารถทนต่อสภาพร้อนชื้นของอากาศในพื้นที่ภาคใต้ได้เป็นอย่างดี ทั้งในแง่ของปริมาณผลผลิตและคุณภาพของผลผลิต ให้ลักษณะตรงตามสายพันธุ์ คือ มีลักษณะหมวกดอกสีเทาเข้ม ก้านดอกสีขาว และมีการออกดอกเป็นกลุ่มดอก ในแต่ละกลุ่มดอกมีประมาณ 10-15 ดอก ซึ่งจัดได้ว่าเป็นพันธุ์ที่ตลาดผู้บริโภคมีความต้องการ นอกจากนี้ยังพบว่าสายพันธุ์นี้ยังเป็นพันธุ์ที่มีการเจริญของเส้นใยดี เส้นใยสามารถเจริญได้เต็มถุงเพาะเร็วกว่าสายพันธุ์อื่นๆ ซึ่งจัดได้ว่าเป็นพันธุ์ที่สามารถแข่งขันกับเชื้อราชนิดอื่นได้ดี ทำให้เกิดการปนเปื้อนได้น้อย จึงส่งผลให้มีปริมาณผลผลิตสูงกว่าสายพันธุ์อื่นๆ จัดได้ว่าเป็นพันธุ์ที่เกษตรกรผู้เพาะเห็ดมีความต้องการค่อนข้างสูง นอกจากจะคำนึงถึงความต้องการของผู้บริโภคแล้ว ยังเป็นสายพันธุ์ที่เหมาะสมกับสภาพภูมิอากาศของภาคใต้อีกด้วย

อย่างไรก็ตามเกษตรกรผู้เพาะเห็ดนางรมส่วนใหญ่มักจะทำเป็นรายได้เสริมจากการกรีดยาง จะมีเกษตรกรเพียงไม่กี่รายที่มีรายได้หลักจากการเพาะเห็ด ดังนั้นการคัดเลือกสายพันธุ์ที่เหมาะสมกับการเพาะทางภาคใต้จึงเป็นปัจจัยสำคัญในการเพาะเห็ดให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพื่อให้เกษตรกรมีรายได้เสริมจากการเพาะเห็ดเพิ่มสูงขึ้น ส่งผลให้เกษตรกรมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น แต่ทั้งนี้หากมีเกษตรกรสนใจในการเพาะเห็ดเพื่อเป็นรายได้เสริมให้กับครอบครัว จำเป็นต้องมีการศึกษาตลาดเพื่อรองรับการผลิตเห็ดที่ได้จากฟาร์มด้วย เนื่องจากเห็ดนางรมเป็นเห็ดที่มีการเน่าเสียได้ง่าย เก็บรักษาได้ภายในระยะเวลาอันสั้น ดังนั้นตลาดจึงจัดได้ว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการผลิตเห็ดนางรมเช่นเดียวกับการคัดเลือกสายพันธุ์เห็ดนางรมที่เหมาะสม