

กระดานข่าว งานวิจัย ใช้ได้จริง : พืชอาหาร พืชสมุนไพร

รายสัปดาห์ที่ 3 ประจำเดือนตุลาคม 2562

กลุ่มวิจัยพฤกษศาสตร์และพิพิธภัณฑ์พืช
สำนักคุ้มครองพันธุ์พืช กรมวิชาการเกษตร

ผักแยง

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Limnophila geoffrayi* Bonati

วงศ์ PLANTAGINACEAE

ชื่ออื่น กะออม กะแยง

ลักษณะทางพฤกษศาสตร์

ไม้ล้มลุก เจริญเติบโตในพื้นที่ชื้นแฉะ แตกกิ่งใกล้โคนต้น ใบเดี่ยว เรียงตรงข้าม รูปขอบขนาน รูปขอบขนานแกมใบหอก หรือรูปไข่แกมรี ปลายแหลมหรือมน โคนสอบเรียว ขอบจักฟันเลื่อยดอกสีม่วง ออกเป็นช่อแบบช่อกระจะ ที่ซอกใบหรือปลายยอด มี 2–10 ดอก กลีบเลี้ยงเชื่อมติดกันเป็นหลอดปลายแยก 5 แฉก รูปใบหอก กลีบดอกเชื่อมกันเป็นหลอดแบบรูปปากเปิด ด้านนอกเกลี้ยง ด้านในมีขน ปลายแยกออกเป็นด้านบน 2 แฉก ด้านล่าง 3 แฉก รูปกลม ปลายเว้าตื้น เกสรเพศผู้ 4 อัน สั้น 2 ยาว 2 รังไข่เหนือวงกลีบ ผลแบบผลแห้งแตก รูปรี

ส่วนที่ใช้บริโภค ทั้งต้น

วิธีการบริโภค รับประทานเป็นผักสด
หรือเครื่องปรุงในแกงหน่อไม้ แกงอ่อม

การขยายพันธุ์ เพาะเมล็ด ปักชำ

ประโยชน์ต่อสุขภาพ รสเผ็ดร้อน กลิ่นหอม ช่วยเจริญอาหาร
บรรเทาอาการปวดประจำเดือน
ป้องกันเส้นเลือดตีบตัน ขับลม และเป็นยาระบายอ่อนๆ

ที่มาข้อมูล : นางสาว ปาจรีย์ อินทะชุบ นักวิชาการเกษตรชำนาญการ