

การทำน้ำผลไม้เข้มข้นและไอศกรีมจากแพสชันฟรุต

กัลยาณี ตันติธรรม

กองเกษตรเคมี กรมวิชาการเกษตร

แพสชันฟรุตเป็นผลไม้คั้นน้ำชนิดหนึ่ง มีชื่อภาษาอังกฤษว่า Passion Fruit มีชื่อพฤกษศาสตร์ Passiflora ชื่อวงศ์ PASSIFLORA CEAE มีการแปลชื่อจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทยหลายชื่อ เป็นต้นว่า เสาวรส กะทกรกยักษ์ กะทกรกฝรั่ง กะทกรกสีดา สุกนทรส ลูกคำฤๅณา เสาวรสีดา เนื่องจากไม่มีการบัญญัติศัพท์ที่แน่นอนจึงเรียกชื่อตามภาษาอังกฤษว่าแพสชันฟรุต

แพสชันฟรุตเป็นไม้เลื้อยแบบเถาที่มีอายุข้ามปี ปลูกบนค้างหรือให้เลื้อยบนเส้นลวดที่ขึงแบบรวี ปลายใบแหลมแยกเป็น 5 แฉก ลักษณะลำต้นและใบคล้ายคลึงกับกะทกรกไทย ดอกเดี่ยว กลีบเลี้ยงสีขาวเป็นร่างแห กลีบดอกสีขาวเรียงกันเป็น 2 ชั้นชั้นในเปลี่ยนแปลงไปเป็นเส้น ผลกลมยาวรี มีขนาด 5–7 เซนติเมตร พันธุ์ที่ปลูกในประเทศไทยมี 3 พันธุ์คือ

1. พันธุ์ที่มีผลสีเหลืองทอง (Golden passion fruit) เป็นพันธุ์ที่นิยมปลูกกันมากที่สุด ชอบขึ้นตามพืชรอบชายฝั่งทะเลจนถึงความสูงระดับไม่เกิน 800 เมตร เหนือระดับ

น้ำทะเล มีขนาดผลใหญ่ เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 5–7.5 เซนติเมตร น้ำหนักผล 72 ± 7 กรัม

2. พันธุ์ที่มีผลสีม่วงเข้ม (Purple passion fruit) เป็นพันธุ์ที่ชอบขึ้นบนที่สูงในระดับ 1,000–2,000 เมตร หรือในแถบที่มีอากาศหนาวเย็น มีขนาดผลเล็ก เส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 4–5 เซนติเมตร ผลหนักประมาณ 36 ± 5 กรัม ผิวเปลือกบาง

3. พันธุ์ลูกผสมระหว่างผลสีม่วงกับผลสีเหลืองทอง (F, Hybrid) เป็นพันธุ์ลูกผสมที่กรมวิชาการเกษตรกำลังดำเนินการวิจัยเพื่อให้ได้พันธุ์ที่มีลักษณะผลดีเด่น เช่น ผลดก ผลใหญ่ ให้ผลผลิตสูง มีเปอร์เซ็นต์ไส้ในหรือรอกสูง เปลือกบาง ให้ผลผลิตตลอดปี ต้านทานโรค มีปริมาณน้ำที่คั้นได้มาก รสเปรี้ยว กลิ่นคล้ายฝรั่งสุกตลอด

แพสชันฟรุตเป็นไม้ผลที่นำมาจากต่างประเทศเข้ามาปลูกในประเทศไทยไม่เกิน 10 ปี เนื่องจากมีรสเปรี้ยวอมหวาน ชาวต่างประเทศจึงใช้บริโภคเป็นผลไม้ในเวลาเช้า

แทนน้ำผลไม้ชนิดอื่น เช่น น้ำส้ม น้ำมะเขือเทศ น้ำสับปะรด

แพสชันฟรุตเมื่อผ่าออกจะมีไส้ในหรือรอกเป็นวงสีเหลืองนวล มีน้ำเยิ้มประกอบด้วยเมล็ดเล็ก ๆ กล้ายเมล็ดแมงลักแช่น้ำ เมล็ดมีจำนวนมาก การบริโภคสดทำโดยควักไส้ในออกแล้วเติมเกลือและน้ำตาลเล็กน้อย เพื่อให้มี 3 รสคือเปรี้ยว เค็ม หวาน

การแปรรูปแพสชันฟรุตทำโดยผ่าแพสชันฟรุตตามขวาง ควักไส้ในออกมารอง น้ำที่กรองได้มีสีเหลืองสด รสเปรี้ยว กลิ่นหอมคล้ายฝรั่งสุก นำน้ำที่กรองได้มาทำผลิตภัณฑ์ชนิดต่าง ๆ เช่น น้ำแพสชันฟรุต

แยมแพสชันฟรุต ไอศกรีมแพสชันฟรุต หรือนำมาผสมกับน้ำผลไม้ชนิดอื่น เช่น ส้ม เขียวหวาน มะม่วง สับปะรด เพื่อให้ได้น้ำผลไม้ที่มีรสชาติดี สีสวย และมีกลิ่นหอม

ในปี พ.ศ. 2530 กองเกษตรเคมี กรมวิชาการเกษตร ได้ทำการแปรรูปแพสชันฟรุตเป็นผลิตภัณฑ์ 3 ชนิดคือ น้ำแพสชันฟรุตเข้มข้น น้ำส้มเขียวหวานผสมแพสชันฟรุตเข้มข้น และไอศกรีมแพสชันฟรุต การแปรรูปใช้วิธีการที่เกษตรกรและประชาชนทั่วไปสามารถทำได้ด้วยตนเอง ทั้งนี้เพื่อส่งเสริมการใช้ประโยชน์และเพิ่มรายได้ให้กับเกษตรกรผู้ปลูกแพสชันฟรุต

การแปรรูปแพสชันฟรุต น้ำแพสชันฟรุตเข้มข้น

ส่วนผสม		วิธีทำ
น้ำแพสชันฟรุต	1 กิโลกรัม	1. เลือกแพสชันฟรุตที่สุกพอดี ไม่ช้ำ ล้างให้สะอาด
น้ำ	1,550 กรัม	
น้ำตาลทราย	1,415 กรัม	
โซเดียมเบนโซเอท	2 กรัม	2. ผ่าครึ่งควักไส้และเมล็ด กรองด้วยผ้าขาวบาง จะได้น้ำแพสชันฟรุต
กรดมะนาว	5 กรัม	3. เตรียมน้ำเชื่อมโดยผสมน้ำตาลทราย น้ำ กรดมะนาว เกลือ ต้มให้เดือดจนส่วนผสมละลายหมด กรองด้วยผ้าขาวบาง
เกลือ	8 กรัม	
เพคตินผง	20 กรัม	

4. ฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ขวดและฝาที่บรรจุ โดยการนึ่งหรือการลวกด้วยน้ำเดือด

5. แบ่งน้ำแพสชันฟรุทมาประมาณ ครึ่งหนึ่ง (500 กรัม) ต้มที่อุณหภูมิ 70–80 องศาเซลเซียส เทลงในเครื่องตีปั่น ใส่เพคตินผงตีปั่นประมาณ 2 นาที

6. ต้มน้ำเชื่อมที่อุณหภูมิประมาณ 70 องศาเซลเซียส เติมน้ำแพสชันฟรุทที่ผสม เพคตินในข้อ 5 กวนส่วนผสมอยู่ตลอดเวลา

เติมน้ำแพสชันฟรุทที่เหลืออีกครั้งหนึ่งลงไป กวนส่วนผสมให้เข้ากันดี

7. เติมน้ำเชื่อมเบนไซเอท กวนแรงๆ ต้มที่อุณหภูมิ 80–90 องศาเซลเซียส เป็น เวลา 1–2 นาทีบรรจุขวด ส่วนผสมดังกล่าว จะได้น้ำแพสชันฟรุทเข้มข้นประมาณ 4 กิโลกรัม

8. การบริโภคน้ำแพสชันฟรุทเข้มข้นมาเติมประมาณ 1 เท่า ผสมให้เข้ากัน ดีแช่เย็นหรือใส่น้ำแข็ง

น้ำส้มเขียวหวานผสมแพสชันฟรุทเข้มข้น

ส่วนผสม

น้ำส้มเขียวหวาน	1 กิโลกรัม
น้ำแพสชันฟรุท	250 กรัม
น้ำ	1,425 กรัม
น้ำตาลทราย	1,452 กรัม
กรดมะนาว	8.2 กรัม
เกลือ	8 กรัม
เพคตินผง	21 กรัม
ไซเคียมเบนไซเอท	2 กรัม

วิธีทำ

1. ล้างส้มเขียวหวานให้สะอาด ฝานครึ่งคั้นน้ำ กรองด้วยผ้าขาวบางจะได้น้ำส้มเขียวหวาน

2. ล้างแพสชันฟรุท ฝานครึ่งควักไส้และเมล็ด กรองด้วยผ้าขาวบางจะได้น้ำแพสชันฟรุท

3. เตรียมน้ำเชื่อมโดยผสมน้ำตาลทราย น้ำ กรดมะนาว เกลือ ต้มให้เดือดจนส่วนผสมละลายหมดกรองด้วยผ้าขาวบาง

4. ฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ขวดและฝาที่บรรจุ โดยการนึ่งหรือการลวกด้วยน้ำเดือด

5. ผสมน้ำส้มเขียวหวานกับน้ำแพสชันฟรุท แบ่งน้ำผลไม้มาประมาณครึ่งหนึ่ง (1,100 กรัม) ต้มที่อุณหภูมิ 70–80 องศาเซลเซียส เทลงในเครื่องตีปั่นใส่เพคตินตีปั่นประมาณ 2 นาที

6. ต้มน้ำเชื่อมที่อุณหภูมิประมาณ 70 องศาเซลเซียส เติมน้ำผลไม้ที่ผสมเพคตินในข้อ 5 กวนส่วนผสมอยู่ตลอดเวลา เติมน้ำผลไม้ที่เหลืออีกครั้งหนึ่งลงไป กวนส่วนผสมให้เข้ากันดี

7. เติมโซเดียมเบนโซเอท กวนแรงๆ ต้มที่อุณหภูมิ 80–90 องศาเซลเซียส เป็น

เวลา 1–2 นาทีบรรจุขวด ส่วนผสมดังกล่าวจะได้น้ำส้มเขียวหวานผสมแพสชันฟรุทเข้มข้นประมาณ 4 กิโลกรัม

8. การบริโภคน้ำส้มเขียวหวานผสมแพสชันฟรุทเข้มข้นมาเติมน้ำประมาณ 1 เท่า ผสมให้เข้ากันดีแช่เย็นหรือใส่น้ำแข็ง

ข้อแนะนำเพิ่มเติมในการทำน้ำแพสชันฟรุทเข้มข้นและน้ำส้มเขียวหวานผสมแพสชันฟรุทเข้มข้น

1. เนื่องจากน้ำผลไม้เป็นกรด ภาชนะและอุปกรณ์ที่ใช้ควรเป็นชนิดที่กรดไม่สามารถจะกัดกร่อนได้ เช่น ภาชนะเคลือบ ภาชนะเหล็กกล้าปลอดสนิม

2. รสชาติของเครื่องดื่มขึ้นอยู่กับรสนิยมของผู้บริโภค ส่วนผสมอาจเปลี่ยนแปลงได้เล็กน้อยตามความต้องการของผู้บริโภค

3. เพคตินผงและกรดมะนาวเป็นสารเคมีชนิดที่ใช้ทำอาหาร (Food grade) หาซื้อได้จากร้านขายเคมีภัณฑ์ทั่วไป

4. เพคตินผงใส่เพื่อให้ผลไม้คงตัวและผสมกันเป็นเนื้อเดียว ปริมาณเพคตินอาจมากหรือน้อยกว่าที่แจ้งไว้ในส่วนผสมเด็ก

น้อย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับคุณภาพของเพคติน ถ้าไม่สามารถหาซื้อได้อาจไม่ใส่ แต่น้ำผลไม้จะแยกชั้น ก่อนเทน้ำผลไม้มาบริโภคให้เขย่าขวดแรงๆ เพื่อให้ผลไม้ทุกส่วนผสมกันดี

5. กรดมะนาวใส่เพื่อให้ผลไม้มีรสชาติดีขึ้น ถ้าไม่สามารถหาซื้อได้อาจไม่ใส่หรืออาจใช้น้ำมะนาวแทน

6. โซเดียมเบนโซเอทคือสารกันบูดหาซื้อได้ตามร้านขายวัสดุทำอาหาร เช่นร้านขายสีผสมอาหาร โซเดียมเบนโซเอทไม่จำเป็นต้องใส่ถ้าผลไม้ใช้บริโภคทันทีหรือเก็บไว้ในตู้เย็น

7. น้ำแชสชั้นฟรุทเข้มข้นเมื่อบริโภคน้ำกับน้ำแข็ง ถ้าใส่น้ำแข็งเต็มแก้วควรเติมน้ำให้น้อยกว่า 1 เท่า คือประมาณ ๕ เท่า เพราะน้ำแข็งจะละลายเป็นน้ำ ทำให้น้ำผลไม้มีรส

จืดลงไป

8. น้ำผลไม้จะเก็บไว้ให้มีคุณภาพเช่นเดิมได้เป็นเวลานาน ถ้าเก็บไว้ในที่เย็นและไม่ถูกแสงแดด

ไอศกรีมแชสชั้นฟรุท

ส่วนผสม น้ำแชสชั้นฟรุท ๕ ถ้วย
นมสด 4 ถ้วย
น้ำตาลทราย 1½ ถ้วย
ไข่ขาว 2 ฟอง

2. กรองด้วยผ้าขาวบางจะได้น้ำแชสชั้นฟรุท

3. ผสมน้ำแชสชั้นฟรุท ๕ ถ้วย น้ำตาลทราย 1½ ถ้วย นมสด 4 ถ้วย บั่นในถังไอศกรีมประมาณ 15 นาที

วิธีทำ

1. ล้างแชสชั้นฟรุทให้สะอาด ผ่าครึ่งควักไส้และเมล็ด

4. เติมไข่ขาว 2 ฟอง บั่นประมาณ 30 นาที จะได้ไอศกรีมแชสชั้นฟรุท

ข้อแนะนำในการทำไอศกรีมแชสชั้นฟรุท

1. ไอศกรีมที่ผลิตขึ้นเป็นไอศกรีมผลไม้มีปริมาณไขมันต่ำ การเพิ่มรสชาติอาจทำได้โดยการเติมครีมเพื่อเพิ่มปริมาณไขมัน

2. เมล็ดแชสชั้นฟรุทมีไวตามินอี อาจผสมเมล็ดแชสชั้นฟรุทจำนวนเล็กน้อยลงในไอศกรีม

เอกสารอ้างอิง

1. คำเกิง ชาลีจันทร์ 2530 กะทกรกยักษ์ กสิกร ปีที่ 60 ฉบับที่ 2 มีนาคม—เมษายน 2530 หน้า 131—136
2. ทนง ภักร์ชพันธุ์ 2528 ยุทธศาสตร์เครื่องดื่ม ภาควิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์