

เครื่องเทศ

วิชชุดา ธนกิจเจริญพัฒน์

คำว่า “เครื่องเทศ” มีความหมายตามที่ระบุในพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ว่า “ของหอมฉุนและเผ็ดร้อนที่ได้มาจากพืช โดยมากมาจากต่างประเทศสำหรับใช้ทำยาไทยและปรุงอาหาร เช่น ลูกผักชี ยี่หระ” การนำเครื่องเทศมาใช้ประโยชน์ในด้านต่างๆ มีประวัติยาวนานมาตั้งแต่ช่วง 1,600 ปี ก่อนคริสตกาล ถิ่นกำเนิดที่สำคัญของเครื่องเทศอยู่ในเขตร้อนของทวีปเอเชีย การใช้ประโยชน์จากเครื่องเทศโดยทั่วไปมีวัตถุประสงค์เพื่อแต่งกลิ่นรสอาหารให้ชวนรับประทาน ช่วยให้เจริญอาหาร นอกจากนี้ อาจใช้ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์หรือใช้ถนอมอาหารเพื่อชะลอการเน่าเสีย บางชนิดนำมาใช้ในการแต่งสีอาหาร ในแง่ที่เกี่ยวข้องกับการปรุงยา เครื่องเทศใช้แต่งกลิ่นและกลบกลิ่นไม่พึงประสงค์ในตำรับยา รวมทั้งอาจแสดงฤทธิ์ทางยา เช่น ฤทธิ์ขับลม ข่าเชื้อ คุณสมบัติของเครื่องเทศเนื่องมาจากสารสำคัญที่เป็นน้ำมันหอมระเหย (volatile oil, essential oil) ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบทางเคมีหลายชนิด น้ำมันหอมระเหยทำให้เกิดกลิ่นเฉพาะตัวของเครื่องเทศ รวมทั้งเป็นส่วนสำคัญที่แสดงฤทธิ์ทางยา น้ำมันหอมระเหยส่วนใหญ่มีฤทธิ์ขับลม และหลายชนิดมีฤทธิ์ฆ่าเชื้อจุลินทรีย์

คำในภาษาอังกฤษที่ใช้แทน “เครื่องเทศ” คือ “spice” ศัพท์ภาษาอังกฤษที่มีความหมายใกล้เคียงกับ “spice” โดยหมายถึงสิ่งที่ใช้ในการปรุงแต่งรสชาติของอาหารมีอยู่ด้วยกันหลายคำ เช่น condiment, seasoning, savory seed และ culinary herb

condiment หมายถึง สิ่งที่ใช้ปรุงแต่งอาหารให้มีรสชาติน่ารับประทาน มักหมายถึงสิ่งที่ใส่เติมลงไปให้อาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว เช่น เกลือ พริกไทย

seasoning หมายถึง สิ่งที่ใช้ปรุงแต่งรสชาติของอาหารเช่นเดียวกับ condiment แต่มักหมายถึงสิ่งที่เติมลงไปให้อาหารขณะที่กำลังประกอบอาหาร

savory seed หมายถึง ผลของพืชที่นำมาใช้เป็นเครื่องเทศในการแต่งกลิ่นรสอาหารซึ่งเป็นผลขนาดเล็กและใช้ทั้งผลโดยไม่ผ่านการทุบให้แตกหรือป่นเป็นผง โดยทั่วไปเป็นผลของพืชในวงศ์ผักชี (Apiaceae/Umbelliferae) เช่น ลูกผักชี ยี่หระ

culinary herb หมายถึง ใบของพืชทั้งสดหรือแห้งที่นำมาใช้แต่งกลิ่นอาหารหรือตกแต่งอาหารให้สวยงาม น่ารับประทาน เช่น ใบผักชี

เครื่องเทศอาจจำแนกประเภทตามส่วนของพืชที่นำมาใช้ประโยชน์ได้ดังนี้

1. เครื่องเทศจากส่วนใต้ดิน
2. เครื่องเทศจากส่วนเปลือก
3. เครื่องเทศจากใบและยอด
4. เครื่องเทศจากดอก
5. เครื่องเทศจากผลและเมล็ด

เครื่องเทศจากส่วนใต้ดิน

ขิง (Ginger)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Zingiber officinale* วงศ์ Zingiberaceae

ขิงเป็นไม้ล้มลุก มีลำต้นใต้ดินเรียกว่าเหง้า (rhizome) ซึ่งแตกสาขาเป็นแง่ง มีลักษณะคล้ายนิ้วมือ ส่วนที่เห็นคล้ายลำต้นซึ่งอยู่เหนือดินคือก้านใบที่เป็นกาบหุ้มซ้อนกัน ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับเรียงเป็น 2 แถว แผ่นใบรูปหอก ปลายใบสอบเรียวแหลม ช่อดอกแทงขึ้นมาจากเหง้า ประกอบด้วยดอกที่มีใบประดับเป็นกาบรูปโค้งรองรับ

เหง้าขิงมีกลิ่นหอมและรสเผ็ดร้อน ใช้ทั้งในรูปขิงสดและขิงแห้ง ขิงสดใช้ปรุงอาหาร อาจนำมอดองก่อนใช้ ขิงแห้งมีจำหน่ายในรูปผง ใช้แต่งกลิ่นอาหารชนิดต่างๆ เช่น พาย คุกกี้ ใช้เป็นส่วนผสมในผงกะหรี่ ใช้ดับกลิ่นคาวปลา และใช้แต่งกลิ่นเครื่องดื่ม เช่น น้ำขิง ginger beer

ข่า ข่าหยาบ (Greater Galangal)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Alpinia galangal* วงศ์ Zingiberaceae

ข่าเป็นไม้ล้มลุก มีลำต้นใต้ดินเป็นเหง้าเช่นเดียวกับขิง เหง้ามีข้อปล้องช่วงสั้นๆ เห็นได้ชัด ส่วนเหนือดินที่มีลักษณะเหมือนลำต้นเป็นส่วนของกาบใบที่หุ้มซ้อนกันแน่น ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ แผ่นใบรูปหอก รูปรี หรือเกือบขอบขนาน ปลายใบแหลม ช่อดอกออกที่ส่วนยอด ประกอบด้วยดอกขนาดเล็กจำนวนมากอยู่บนก้านช่อเดียวกัน มีใบประดับรูปไข่รองรับดอก

เหง้าข่ามีกลิ่นหอมฉุนและรสขม เผ็ดร้อน ใช้แต่งกลิ่นอาหาร ช่วยดับกลิ่นคาวของปลาและเนื้อเป็นส่วนผสมในเครื่องแกงและน้ำพริกหลายชนิด หน่อข่าและดอกข่านำมารับประทานเป็นผักแกล้ม

กระชาย (Fingerroot)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Boesenbergia pandurata* วงศ์ Zingiberaceae

กระชายเป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าสั้นอยู่ใต้ดินและมีรากสะสมอาหารติดที่เหง้าเป็นกระจุก รากมีลักษณะอวบพอง ยาวประมาณ 6 – 10 เซนติเมตร ผิวสีน้ำตาลอ่อน เนื้อในสีเหลือง มีกลิ่นหอม ใบเป็นใบเดี่ยว รูปรีหรือรูปขอบขนานแกมรูปไข่ ปลายใบแหลม ดอกออกเป็นช่อ แทรกอยู่ระหว่างกาบใบคู่ในสุด ดอกสีขาวหรือขาวอมชมพู มีใบประดับรองรับ

รากและเหง้าของกระชายนำไปใช้ประกอบอาหาร โดยใช้เป็นส่วนผสมของเครื่องแกง ช่วยดับกลิ่นคาวของปลาและเนื้อ



ขิง



ข่า



กระชาย

กระเทียม (Garlic)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium sativum* วงศ์ Alliaceae

กระเทียมเป็นไม้ล้มลุก มีลำต้นใต้ดินรูปทรงกลมแบนเรียกว่าหัว (bulb) ซึ่งประกอบด้วยกลีบ (clove) หลายกลีบรวมกัน แต่ละกลีบมีเยื่อบางๆ หุ้มอยู่ เนื้อในสีขาว มีกลิ่นฉุน ใบมีลักษณะยาวแบน ปลายแหลม โคนใบหุ้มซ้อนกัน ดอกออกเป็นช่อ ดอกมีขนาดเล็ก สีขาวหรือขาวอมชมพู

หัวกระเทียมมีรสเผ็ดร้อนและมีกลิ่นฉุน กลิ่นของกระเทียมเกิดจากองค์ประกอบทางเคมีที่เป็นสารประกอบอินทรีย์ของกำมะถัน (sulfur compound) กระเทียมนำมาใช้ประกอบอาหารอย่างแพร่หลาย ทั้งที่เป็นกระเทียมสด ตากแห้ง หรือนำไปดอง โดยใช้เป็นส่วนประกอบของเครื่องแกง น้ำจิ้ม หรืออาหารสด นอกจากนี้ยังใช้ในรูปของน้ำมันกระเทียม ซึ่งใช้แต่งกลิ่นอาหารได้หลายชนิดรวมถึงขนมต่างๆ เช่น ขนมฝั ง เยลลี่ ใช้แต่งกลิ่นซอส และแต่งกลิ่นเครื่องดื่มทั้งที่มีและไม่มีแอลกอฮอล์

หอมใหญ่ (Onion)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium cepa* วงศ์ Alliaceae

หอมใหญ่เป็นไม้ล้มลุก มีหัวใต้ดิน ลักษณะกลมค่อนข้างใหญ่ ใบเป็นใบเดี่ยว ยาวกลวง ดอกออกเป็นช่อ ดอกมีขนาดเล็ก สีขาว

หัวหอมใหญ่มีกลิ่นซึ่งเกิดจากสารประกอบอินทรีย์ของกำมะถันเช่นเดียวกับกระเทียม ใช้ในการประกอบอาหารหลายชนิด เช่น ยำ สลัด ซุป รวมทั้งใช้แต่งกลิ่นเครื่องดื่มทั้งที่มีและไม่มีแอลกอฮอล์

หอม หอมเล็ก หอมแดง (Shallot)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Allium cepa* var. *aggregatum* (*A. ascalonicum*) วงศ์ Alliaceae

หอมเป็นไม้ล้มลุก มีหัวใต้ดิน สีแดงถึงน้ำตาลเหลือง หัวหนึ่งมี 1-2 กลีบ ใบเป็นใบเดี่ยว ยาวกลวง ดอกออกเป็นช่อ ดอกมีขนาดเล็ก สีขาวอมม่วง

หัวหอมมีกลิ่นฉุนและรสเผ็ดร้อน ใช้แต่งกลิ่นอาหารหลายชนิด เช่น อาหารจำพวกยำ ซุปหางวัว รวมทั้งใส่ในขนม เช่น หอมเจียวใส่ในขนมหม้อแกง ข้าวเหนียวหน้าปลาแห้ง



กระเทียม



หอมใหญ่



หอมเล็ก

ตะไคร้ (Lemongrass)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cymbopogon citratus* วงศ์ Poaceae/Gramineae

ตะไคร้เป็นไม้ล้มลุก ขึ้นเป็นกอ มีลำต้นใต้ดินเป็นเหง้า ใบเป็นใบเดี่ยว มีรูปทรงยาวแคบ ปลายใบเรียวแหลม ขอบใบเรียบ คม ก้านใบแผ่เป็นกาบหุ้มซ้อนกันทำให้เห็นเป็นเหมือนส่วนของลำต้นเหนือดิน ดอกออกเป็นช่อยาวจากตรงกลางกอ มีดอกขนาดเล็กจำนวนมาก

เหง้าสดและกาบใบของตะไคร้ใช้แต่งกลิ่นอาหาร น้ำมันตะไคร้ซึ่งได้จากการกลั่นเหง้าสดและใบด้วยไอน้ำ ใช้ทำเครื่องหอม แต่งกลิ่นสบู่และเครื่องสำอาง แต่งกลิ่นเครื่องดื่มและอาหารหลายชนิด

วาซาบิ (Wasabi, Japanese Horseradish)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Wasabia japonica* วงศ์ Brassicaceae

วาซาบิเป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าใต้ดิน ส่วนเหนือดินสูงประมาณ 30 – 60 เซนติเมตร ใบเป็นใบเดี่ยว โคนก้านใบแผ่เป็นกาบ มักขึ้นในที่ที่มีน้ำไหลผ่าน มีถิ่นกำเนิดในญี่ปุ่น

เหง้าของพืชเมื่อนำมาบดมีกลิ่นฉุนรุนแรง หลังรับประทานจะรู้สึกแสบร้อนขึ้นจมูก ใช้เป็นเครื่องปรุงรสและช่วยดับกลิ่นคาวของอาหาร โดยเฉพาะอาหารทะเล



ตะไคร้



วาซาบิ

เครื่องเทศจากส่วนเปลือก

อบเชย (Cinnamon)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cinnamomum* spp. วงศ์ Lauraceae

C. verum (*C. zeylanicum*) – อบเชยเทศ อบเชยลังกา

(Ceylon Cinnamon, True Cinnamon)

C. aromaticum (*C. cassia*) – อบเชยจีน (Chinese Cinnamon, Cassia Bark)

C. burmannii – อบเชยชวา (Batavia Cinnamon, Indonesian Cinnamon)

C. loureirii – อบเชยญวน (Saigon Cinnamon)

อบเชยเป็นไม้ต้น เปลือกต้น เนื้อไม้ และใบมีกลิ่นหอม ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ มีรูปทรงเป็นรูปไข่ รูปขอบขนานแคบถึงรูปหอก ปลายใบเรียวแหลม ดอกมีขนาดเล็ก ออกเป็นช่อที่ปลายยอดหรือซอกใบ ต้นอบเชยมีขนาดแตกต่างกันขึ้นกับชนิด อบเชยเทศเป็นไม้ต้นขนาดเล็ก อบเชยจีนและอบเชยญวนมีลักษณะใกล้เคียงกันและสูงใหญ่กว่าอบเชยเทศ อบเชยชวามีขนาดใหญ่ที่สุด สูงได้ถึง 20 เมตร

เปลือกต้นของอบเชยใช้เป็นเครื่องยาและเครื่องเทศ สำหรับอบเชยเทศและอบเชยชวา จะมีการขูดเอาเปลือกชั้นนอกออก แล้วลอกเปลือกชั้นในออกจากต้น ส่วนอบเชยจีนและอบเชยญวนจะยังมีส่วนของเปลือกชั้นนอกติดอยู่ อบเชยใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกงมัสมั่น พะโล้ ผงกะหรี่ ข้าวหมกไก่ และใช้แต่งกลิ่นขนมหวาน เช่น คุกกี้ เค้ก โดนัท น้ำมันจากเปลือกต้นอบเชยใช้แต่งกลิ่นอาหารและเครื่องดื่ม รวมทั้งสบู่ และยาเตรียมสำหรับใช้ในช่องปาก น้ำมันจากใบอบเชยใช้แต่งกลิ่นเครื่องสำอาง และใช้ในการผลิตน้ำหอม



อบเชยเทศ



อบเชยจีน



อบเชยชวา



อบเชยญวน

เครื่องเทศจากใบและยอด

กะเพรา (Holy Basil, Sacred Basil)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ocimum tenuiflorum* (O. sanctum) วงศ์ Lamiaceae/Labiatae

กะเพราเป็นไม้ล้มลุก แตกกิ่งก้านสาขามาก ลำต้นและใบมีขน ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปรีแกมขอบขนาน ขอบใบหยัก ดอกออกเป็นช่อที่ปลายยอด มีสีขาวแกมม่วงแดง กะเพราจำแนกเป็น กะเพราขาว กะเพราแดง และลูกผสมของกะเพราขาวและกะเพราแดง กะเพราขาวมีกิ่งก้านและใบสีเขียว ส่วนกะเพราแดงมีกิ่งก้านและใบสีออกม่วงแดง กะเพราลูกผสมมีลักษณะผสมระหว่างกะเพราขาวและกะเพราแดง กะเพราแดงมีกลิ่นรสแรงกว่ากะเพราขาว นิยมใช้ทำยามากกว่านำมาประกอบอาหาร ส่วนกะเพราขาวนำมาใช้ประกอบอาหารเป็นส่วนใหญ่

ใบกะเพรามีกลิ่นหอมฉุนและรสเผ็ดร้อน ใช้แต่งกลิ่นรสอาหารและดับกลิ่นคาว ใช้ประกอบอาหารหลายชนิด เช่น ผัดเผ็ด แกงเนื้อ แกงป่า

โหระพา (Sweet Basil, Common Basil)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ocimum basilicum* วงศ์ Lamiaceae/Labiatae

โหระพาเป็นไม้ล้มลุก ลำต้นเป็นสี่เหลี่ยม แตกแขนงได้มาก กิ่งก้านมีสีม่วงแดง มีขนตามลำต้น ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปไข่หรือรูปรี ขอบใบหยัก มีสีเขียวอมม่วง ดอกขนาดเล็ก สีขาวหรือม่วง ออกเป็นช่อที่ปลายยอด

ใบและยอดโหระพาใช้แต่งกลิ่นอาหารคาว เช่น แกงเผ็ดต่างๆ น้ำมันโหระพาใช้แต่งกลิ่นลูกกวาด ขนมฝัງ ซอสมะเขือเทศ ผักดอง ไข่กรอก และเครื่องดื่มชนิดต่างๆ รวมทั้งใช้แต่งกลิ่นยาเตรียมที่ใช้สำหรับช่องปาก และใช้แต่งกลิ่นเครื่องหอม



กะเพรา



โหระพา

แมงลัก (Hoary Basil)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Ocimum americanum* วงศ์ Lamiaceae/Labiatae

แมงลักเป็นไม้ล้มลุก แตกกิ่งก้าน ทุกส่วนมีกลิ่นหอม ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปไข่หรือรี ขอบใบเรียบหรือหยักเล็กน้อย ดอกขนาดเล็ก สีขาว ชมพู หรือม่วงแดง ออกเป็นช่อที่ปลายยอด

ใบแมงลักใช้แต่งกลิ่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว เช่น ใส่ในแกงเลียง หรือนำมารับประทานเป็นผักเคียง กับขนมจีนน้ำยา อาหารญวน

สะระแหน่ (Kitchen Mint, Field Mint)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Mentha arvensis* วงศ์ Lamiaceae/Labiatae

สะระแหน่เป็นไม้ล้มลุก มีลำต้นขนาดเล็ก แตกกิ่งก้านสาขามาก แผ่นทอดคลุมไปตามดิน ทุกส่วนมีกลิ่นหอม ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปไข่ ขอบใบหยัก ช่อดอกออกที่ซอกใบ

ใบสะระแหน่ใช้แต่งกลิ่นอาหารจำพวกยา พล่า และลาบ ใช้แต่งกลิ่นเครื่องดื่ม และเป็นส่วนผสมในการทำไอศกรีม

ออริกาโน (Oregano)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Origanum vulgare* วงศ์ Lamiaceae/Labiatae

ออริกาโนเป็นไม้ล้มลุก ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม ดอกมีสีขาว ชมพูอ่อน หรือม่วง ออกเป็นช่อที่ปลายกิ่ง เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในแถบเอเชียตะวันตกและแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียน

ใบออริกาโนมีกลิ่นหอมและมีรสขมปน ใช้ใบที่ตากแห้งเป็นเครื่องปรุงรสอาหาร ใช้มากสำหรับอาหารของอิตาลี เช่น พิซซ่า



แมงลัก



สะระแหน่



ออริกาโน

ใบกระวาน ใบเบย์ (Bay Laurel, Bay Leaf)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Laurus nobilis* วงศ์ Lauraceae

bay laurel เป็นไม้พุ่มถึงไม้ต้นขนาดเล็ก ไม่ผลัดใบ ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ ขอบใบเรียบ ดอกมีสีเขียวอมเหลือง แยกเพศ ดอกเพศผู้และเพศเมียอยู่ต่างต้น เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศแถบเมดิเตอร์เรเนียน ปัจจุบันปลูกในหลายประเทศของทวีปยุโรป ใบที่นำมาใช้เป็นเครื่องเทศเก็บจากต้นที่มีอายุ 2 ปีขึ้นไป โดยนิยมเก็บในฤดูใบไม้ร่วง และตากให้แห้งในที่ร่มเพื่อลดการสูญเสียกลิ่นหอมจากใบ ในภาษาไทย เรียกใบของต้น bay laurel ที่นำมาใช้เป็นเครื่องเทศว่า “ใบกระวาน” เนื่องจากมีกลิ่นคล้ายกระวานซึ่งเป็นพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Amomum krevanh*

ใบกระวานที่นำมาใช้อาจใช้ใบแห้งทั้งใบหรือบดเป็นผง ใบและน้ำมันที่กลั่นจากใบและกิ่งของพืชใช้แต่งกลิ่นอาหารหลายชนิด เช่น แกงมัสมั่น ตับบด และใช้แต่งกลิ่นเครื่องดื่ม ซอส รวมทั้งเนื้อและผลิตภัณฑ์จากเนื้อ

เครื่องเทศจากดอก

กานพลู (Clove)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Syzygium aromaticum* วงศ์ Myrtaceae

กานพลูเป็นไม้ต้นขนาดกลางถึงขนาดใหญ่ แตกกิ่งก้านสาขาเป็นระเบียบ ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม รูปรี รูปหอก หรือรูปไข่กลับ ปลายใบแหลม ผิวใบด้านบนเป็นมัน มีกลิ่นหอม ดอกออกเป็นช่อที่ปลายยอด ส่วนของกานพลูที่นำมาใช้คือดอกตูมที่เริ่มเปลี่ยนจากสีเขียวเป็นสีแดง นำมาตากแดดจนเปลี่ยนเป็นสีน้ำตาลเข้ม

กานพลูมีกลิ่นหอมและรสเผ็ดร้อน ใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกง ผักดอง ซอสมะเขือเทศ ใช้แต่งกลิ่นหมูแฮม ไส้กรอก รวมทั้งใช้แต่งกลิ่นยาสีฟันและยาอมบ้วนปาก น้ำมันกานพลูที่ได้จากการกลั่นดอกกานพลูใช้แต่งกลิ่นอาหารจำพวกเนื้อ เช่น หมูแฮม ไส้กรอก แต่งกลิ่นลูกกวาด เค้ก และแต่งกลิ่นเครื่องดื่ม



ใบกระวาน



กานพลู

เครื่องเทศจากผลและเมล็ด

พริกไทย (Pepper)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Piper nigrum* วงศ์ Piperaceae

พริกไทยเป็นไม้เลื้อย มีรากออกตามข้อสำหรับใช้ในการยึดเกาะสิ่งพยุ่ง ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ รูปรีหรือรูปไข่ ปลายใบแหลม ดอกแยกเพศ ออกเป็นช่อตรงข้ามกับใบ ผลมีรูปทรงกลม ผลอ่อนสีเขียว ผลแก่สีส้มแดง

พริกไทยจำแนกเป็นพริกไทยดำ (black pepper) กับพริกไทยอ่อน (white pepper) พริกไทยดำได้จากผลที่เก็บเมื่อโตเต็มที่แต่ยังไม่สุก นำมาทำให้แห้ง ยังมีเปลือกผลติดอยู่ เห็นเป็นสีดำ ส่วนพริกไทยอ่อนได้จากผลที่เก็บเมื่อสุก นำมาแช่น้ำเพื่อลอกเอาเปลือกชั้นนอกออก แล้วนำมาผึ่งให้แห้ง จะได้พริกไทยที่มีสีออกขาว

พริกไทยมีรสเผ็ดร้อน ทั้งพริกไทยดำและพริกไทยอ่อนนำมาใช้แต่งกลิ่นอาหาร ผงพริกไทยเป็นเครื่องปรุงรสที่ใช้กันอย่างแพร่หลาย พริกไทยใช้หมักอาหารประเภทเนื้อก่อนปรุง และใช้แต่งกลิ่นลูกกวาดและเครื่องดื่ม

ดีปลี (Long Pepper)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Piper spp.* วงศ์ Piperaceae

P. longum, *P. peepuloides* Indian Long Pepper

P. retrofractum (*P. chaba*) Java Long Pepper

ดีปลีเป็นไม้เลื้อยที่ใช้รากช่วยในการยึดเกาะเช่นเดียวกับพริกไทย ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ รูปไข่แกมขอบขนาน ปลายใบแหลม ดอกแยกเพศ ออกเป็นช่ออยู่ตรงข้ามกับใบ ผลทรงกลม ขนาดเล็ก อยู่รวมกันบนช่อผลซึ่งมีผลย่อยอัดแน่นเป็นแท่ง เมื่อยังไม่สุกมีสีเขียว เมื่อสุกเปลี่ยนเป็นสีแดง

ส่วนของดีปลีที่ใช้เป็นเครื่องเทศคือช่อผล นิยมเก็บมาใช้ในขณะที่ผลยังไม่สุก เนื่องจากเป็นช่วงที่ดีปลีมีกลิ่นฉุนมากที่สุด หลังจากเก็บผลแล้ว จะนำมาตากแดดจนผลเปลี่ยนเป็นสีเทา ผลดีปลีมีรสเผ็ดร้อน ใช้ประกอบอาหารจำพวกแกงเผ็ด แกงคั่ว ใช้แต่งกลิ่นผักดอง ช่วยถนอมอาหาร



พริกไทย



ดีปลี

จันทน์เทศ (Nutmeg)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Myristica fragrans* วงศ์ Myristicaceae

จันทน์เทศเป็นไม้พุ่มถึงไม้ต้นขนาดกลาง ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ ดอกมีสีเหลืองอ่อน ออกเป็นช่อตามซอกใบ ดอกแยกเพศอยู่ต่างต้น ผลมีสีเหลืองนวล รูปทรงค่อนข้างกลม เมื่อแก่จัดเต็มที่ จะแตกเป็น 2 ซีกทำให้เห็นรก (aril) สีแดงที่หุ้มเมล็ดอยู่ รกมีลักษณะเป็นแผ่นบางคล้ายร่างแห รกที่ แกะออกจากเมล็ดใหม่ๆ มีสีแดงสด เมื่อทำให้แห้งสีจะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองอ่อนหรือสีเนื้อ เมล็ดมีเปลือก แข็ง เมื่อกะเทาะเปลือกออกจะได้เนื้อในเมล็ดที่มีกลิ่นหอม ต้นจันทน์เทศให้ผลเมื่อมีอายุประมาณ 8-9 ปี และให้ผลไปจนอายุประมาณ 20-30 ปี

รกหุ้มเมล็ดและเนื้อในเมล็ดของจันทน์เทศมีกลิ่นหอมฉุน ใช้เป็นเครื่องเทศ ส่วนของรกเรียกว่า ดอกจันทน์หรือดอกจันทน์เทศ (mace) และส่วนของเมล็ดเรียกว่าลูกจันทน์หรือลูกจันทน์เทศ (nutmeg) ดอกจันทน์และลูกจันทน์ใช้แต่งกลิ่นอาหารหลายชนิดทั้งอาหารคาวและขนมหวาน รวมทั้งเครื่องดื่ม

โป๊ยกั๊ก จันทน์แปดกลีบ (Chinese Star Anise)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Illicium verum* วงศ์ Illiciaceae

โป๊ยกั๊กเป็นไม้พุ่มหรือไม้ต้นขนาดเล็ก ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ ดอกเป็นดอกเดี่ยว สีขาวถึง เหลือง อาจมีแต้มสีชมพูถึงแดง ผลเป็นรูปดาว มี 5-13 พูซึ่งเห็นเป็นแฉกของรูปดาว (ส่วนใหญ่มี 8 พู) เมล็ดเป็นรูปไข่ แต่ละพูมี 1 เมล็ด

ผลโป๊ยกั๊กมีกลิ่นหอมอ่อน มีรสเผ็ดร้อนเล็กน้อย ใช้แต่งกลิ่นหรือดับคาวโดยอาจใช้ทั้งผลหรือป่น ให้ละเอียด เป็นส่วนประกอบสำคัญในอาหารจีน เวียดนาม และอินเดีย และเป็นส่วนผสมของผงพะโล้ นิยมใช้ประกอบอาหารที่ปรุงจากเนื้อหมูหรือเนื้อวัว เช่น หมูพะโล้ สตู เนื้อตุ๋นเครื่องยาจีน เนื้ออบ และ ใช้แต่งกลิ่นลูกกวาดและเครื่องดื่ม



จันทน์เทศ



โป๊ยกั๊ก, จันทน์แปดกลีบ

กระวาน กระวานไทย (Camphor Seed, Siam Cardamom)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Amomum testaceum* (A. krevanh) วงศ์ Zingiberaceae

กระวานเป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าใต้ดิน กาบใบหุ้มซ้อนกันแน่นคล้ายลำต้น ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ มีลักษณะแคบยาว รูปขอบขนาน ปลายใบแหลม ช่อดอกออกจากเหง้าแทงขึ้นมาเหนือพื้นดิน ดอกมีสีเหลือง มีใบประดับรองรับ ผลมีรูปทรงกลม ภายในมีเมล็ดขนาดเล็ก สีน้ำตาลแก่ ประมาณ 9-10 เมล็ด เมล็ดมีกลิ่นหอมฉุนคล้ายกลิ่นการบูรและมีรสเผ็ด

ผลกระวานใช้แต่งกลิ่นอาหาร เช่น แกงกะหรี่ มัสมัน ตับบด แยม ไข่กรอก ขนมปัง และผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์บรรจุกระป๋อง

กระวานเทศ ลูกเอล (Cardamom)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Elletaria cardamomum* วงศ์ Zingiberaceae

กระวานเทศเป็นไม้ล้มลุก มีเหง้าใต้ดิน ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ รูปหอกแกมขอบขนาน ปลายใบแหลม ดอกออกเป็นช่อ กลีบดอกสีขาวหรือม่วงอ่อน ผลมีลักษณะยาวรี คล้ายรูปไข่ ปลาย 2 ด้านแหลม ภายในมีเมล็ดสีน้ำตาลแดง 15-20 เมล็ด

ผลแก่ของกระวานเทศมีกลิ่นเฉพาะตัว เมล็ดมีกลิ่นหอมฉุนและรสเผ็ดร้อน ใช้ปรุงแกงเผ็ด หรือใช้เมล็ดเป็นส่วนผสมในน้ำพริกแกง ใช้แต่งกลิ่นเค้ก ขนมปัง เหล้า ในตะวันออกกลางใช้กระวานเทศแต่งกลิ่นกาแฟ

อลสไปซ์ (Allspice)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Pimenta officinalis* (P. dioica) วงศ์ Myrtaceae

อลสไปซ์เป็นไม้ต้น ใบเป็นใบเดี่ยว ออกตรงข้าม ดอกมีสีขาว ออกเป็นช่อ ผลมีรูปร่างกลม สีน้ำตาลแดง ใบและผลมีกลิ่นหอม เป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในแถบอเมริกากลางและประเทศเวเนซุเอลลา

ผลของพืชใช้แต่งกลิ่นอาหารทั้งประเภทผักและเนื้อ ใช้แต่งกลิ่น เค้ก พาย คุกกี้ พุดดิ้ง น้ำมัน ออลสไปซ์ซึ่งกลั่นจากใบใช้แต่งกลิ่นเยลลี่ ไอศกรีม หมากฝรั่ง เครื่องดื่ม ยา และเครื่องหอม รวมทั้งใช้แต่งกลิ่นอาหารเช่นเดียวกับผล



กระวานไทย



กระวานเทศ



อลสไปซ์

วานิลลา (Vanilla, Vanilla Bean, Vanilla Pod)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Vanilla planifolia*, *V. tahitensis* วงศ์ Orchidaceae

วานิลลาเป็นพืชที่เลื้อยเกาะอยู่บนพืชอื่นโดยใช้ราก อยู่ในวงศ์กล้วยไม้ ลำต้นอวบน้ำ แตกรากตามข้อ ใบเป็นใบเดี่ยว ออกสลับ ดอกมีสีเหลืองอ่อน ผลเป็นฝักยาว ภายในมีเมล็ดจำนวนมาก ต้นวานิลลาออกดอกเมื่ออายุประมาณ 2-3 ปี และให้ผลเป็นเวลานาน 30-40 ปี

ส่วนที่นำมาใช้คือฝักซึ่งจะเก็บในช่วงที่ฝักแก่แต่ยังไม่สุกโดยสังเกตจากส่วนบนของฝักที่เริ่มเปลี่ยนจากสีเขียวเป็นเหลือง ฝักที่เก็บมายังไม่สุกกลิ่นหอม ต้องนำไปผ่านการบ่มจนฝักเกิดการเปลี่ยนสีเป็นสีน้ำตาลและเกิดกลิ่นเฉพาะตัว องค์ประกอบสำคัญในกลิ่นของวานิลลาคือสาร vanillin

วานิลลาใช้แต่งกลิ่นอาหาร เช่น ไอศกรีม เค้ก คัสตาร์ด และแต่งกลิ่นยา เครื่องหอม และบุหรี

เมล็ดพืชมูกากาด (Mustard)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Brassica nigra* – Black Mustard, *B. juncea* – Brown Mustard

Sinapis alba – White Mustard

วงศ์ Brassicaceae/Cruciferae

เมล็ดพืชมูกากาดได้จากพืชมูกากาดหลายชนิด มีทั้งชนิดที่ให้เมล็ดสีดำ สีน้ำตาล และสีขาว (หรือเหลืองอ่อน) เมล็ดพืชมูกากาดที่บดเป็นผงเรียกว่า mustard flour มีรสเผ็ดร้อน มักผสมกับน้ำส้มและไขมันทำให้มีสีเหลือง ใช้ปรุงรสอาหารประเภทเนื้อ ผักดอง ซอส

มะกรูด (Kaffir Lime, Leech Lime)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Citrus hystrix* วงศ์ Rutaceae

มะกรูดเป็นไม้พุ่มถึงไม้ต้นขนาดเล็ก อยู่ในวงศ์เดียวกับส้ม มะนาว กิ่งก้านมีหนามแหลม ใบมีต่อมน้ำมันและกลิ่นหอม ใบออกเรียงสลับ ก้านใบแผ่เป็นปีกคล้ายแผ่นใบ ดอกมีขนาดเล็กสีขาว ออกเป็นช่อตามซอกใบที่ปลายกิ่ง ผลค่อนข้างกลมหรือเป็นรูปไข่ มีจุดที่ส่วนบนและล่างของผล ผิวขรุขระ มีต่อมน้ำมัน ผลอ่อนมีสีเขียวแก่ ผลสุกมีสีเหลือง มีรสเปรี้ยว

ผิวมะกรูดใช้เป็นเครื่องเทศ เป็นส่วนผสมของน้ำพริกแกงหลายชนิด และใช้เข้าเครื่องหอมโดยเป็นส่วนผสมในเทียนอบ น้ำมะกรูดใช้ปรุงอาหารให้มีรสเปรี้ยวและใช้ดับกลิ่นคาวปลา นิยมใส่ในแกงส้ม แกงคั่ว และปลาร้าหลน ใบมะกรูดใช้ประกอบอาหาร เช่น ใส่ในต้มยำ แกงเผ็ด และโรยในอาหารที่ปรุงเสร็จแล้วเพื่อแต่งกลิ่น



วานิลลา



เมล็ดพืชมูกากาด



มะกรูด

ลูกผักชี (Coriander)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Coriandrum sativum* วงศ์ Apiaceae/Umbelliferae

ผักชีเป็นไม้ล้มลุกขนาดเล็ก ใบมีขอบหยัก ใบที่อยู่ส่วนบนมีรูปทรงแคบ เป็นฝอย ดอกออกเป็นช่อตรงส่วนยอดของต้น ดอกมีขนาดเล็ก มีสีขาว ชมพูอ่อน หรือม่วงแดงอมชมพู ผลมีรูปทรงกลม สีเหลืองอมน้ำตาล มีสันนูน เมื่อบีบผลจะแตกเป็น 2 ซีกขนาดเท่าๆ กัน แต่ละซีกมี 1 เมล็ด

ส่วนผลซึ่งเรียกว่าลูกผักชีใช้เป็นเครื่องเทศ ใช้หมักเนื้อสัตว์เพื่อดับกลิ่นคาว หรือนำมาคั่วไฟอ่อนๆ ให้กลิ่นหอม ปั่นละเอียดผสมในเครื่องแกง ผักดอง ใสกรอก ใช้แต่งกลิ่นเค้ก ขนมปัง ลูกก็ และแต่งกลิ่นยาสูบ ในยุโรปและสหรัฐอเมริกาใช้แต่งกลิ่นเหล้าโดยเฉพาะเหล้ายีน (gin)

ขึ้นฉ่าย (Celery)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Apium graveolens* วงศ์ Apiaceae/Umbelliferae

ขึ้นฉ่ายเป็นไม้ล้มลุก ใบออกตรงข้าม ขอบใบหยัก ก้านใบยาวเป็นกาบหุ้มรอบลำต้น ดอกมีสีขาว ออกเป็นช่อ ผลมีขนาดเล็ก รูปไข่

ผลขึ้นฉ่ายใช้เป็นเครื่องเทศ น้ำมันที่ได้จากการกลั่นผลใช้แต่งกลิ่นอาหาร เครื่องดื่ม ลูกกวาด ขนมหวาน นอกจากนี้ยังใช้แต่งกลิ่นสบู่ ครีม น้ำยาทำความสะอาด

ยี่หระ เทียนขาว (Cumin)

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Cuminum cyminum* วงศ์ Apiaceae/Umbelliferae

ยี่หระเป็นไม้ล้มลุกขนาดเล็ก อยู่ในวงศ์เดียวกับผักชีและขึ้นฉ่าย ใบเป็นเส้นเล็ก แตกเป็นง่าม 2-3 ง่าม ดอกมีสีขาวหรือชมพู ออกเป็นช่อ ผลมีขนาดเล็ก ลักษณะคล้ายข้าวเปลือกแต่เล็กกว่า

ผลใช้เป็นเครื่องเทศ เป็นส่วนผสมในแกงกะหรี่ ใช้แต่งกลิ่นเค้กและขนมปัง น้ำมันยี่หระใช้ในอุตสาหกรรมเครื่องดื่มและเครื่องหอม



ผักชี



ขึ้นฉ่าย



ยี่หระ