

## การผลิตข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่

การผลิตข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ เป็นระบบการผลิตข้าวที่ไม่ใช้สารเคมีทางการเกษตรทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็น ปุ๋ยเคมี สารควบคุมการเจริญเติบโต สารควบคุมและกำจัดวัชพืช สารป้องกันกำจัดโรค แมลงและสัตว์ศัตรูข้าว ตลอดจนสารเคมีที่ใช้รวมเพื่อป้องกันกำจัดแมลงศัตรูข้าวในโรงเก็บ การผลิตข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ นอกจากจะทำให้ได้ผลผลิตข้าวที่มีคุณภาพสูงและปลอดภัยจากสารพิษแล้ว ยังเป็นการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและเป็นการพัฒนาการเกษตรแบบยั่งยืนอีกด้วย

การผลิตข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ มุ่งเน้นในเรื่องของธรรมชาติเป็นสำคัญ ได้แก่ การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ การฟื้นฟูความอุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติ การรักษาสมดุลธรรมชาติและ การใช้ประโยชน์จากธรรมชาติ เพื่อการผลิตอย่างยั่งยืน เช่น ปรับปรุงความอุดมสมบูรณ์ของดินโดยการปลูกพืชหมุนเวียน การใช้ปุ๋ยอินทรีย์จากกระบวนการผลิตมูลไส้เดือนภายในแปลงนาของเราเองโดยเฉพาะ ควบคุมโรค แมลงและสัตว์ศัตรูข้าวโดยวิธีผสมผสานที่ไม่ใช้สารเคมี เพื่อให้ต้นข้าวเจริญเติบโตได้ดี มีความสมบูรณ์แข็งแรงตามธรรมชาติ และให้ผลผลิตสูงในระดับที่น่าพอใจ

### มีขั้นตอนการผลิตข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ ดังนี้

๑. การเลือกพื้นที่ปลูก : ควรเลือกพื้นที่ที่มีขนาดใหญ่ติดต่อกัน และมีความอุดมสมบูรณ์ของดินโดยธรรมชาติค่อนข้างสูง อยู่ห่างจากถนน สายหลักประมาณ ๑๐๐ ถึง ๒๐๐ เมตร เพื่อลดมลพิษทางอากาศ ส่งผลให้พื้นที่ของปราศจากสารพิษจากควันท่อไอเสียและมลพิษทางอากาศอย่างสิ้นเชิง ทั้งแปลงนาล้อมรอบด้วยพืชกันชนและคลองเก็บน้ำในแปลง เพื่อให้เป็นพื้นที่บริสุทธิ์ในการผลิตข้าวอินทรีย์สมบูรณ์แบบ

๒. การเลือกใช้พันธุ์ข้าว : เราเลือกพันธุ์ข้าวที่ดีที่สุดในโลกพันธุ์หนึ่งก็คือข้าวไรซ์เบอร์รี่ โดยใช้เมล็ดพันธุ์ จากแหล่งที่เชื่อถือได้ เป็นการเฉพาะ เช่น พันธุ์ที่ได้รับการอนุญาตจากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำแพงแสน นำมาปลูกหมุนเวียนตลอดมาโดยไม่ใช้ พันธุ์ซ้ำ จะทำให้แปลง สะอาด บริสุทธิ์ปราศจากพันธุ์ปนอย่างแท้จริง

๓. การเตรียมดิน : การเตรียมดินเพื่อปลูกข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ ถือเป็นหัวใจหลักของการผลิต เพราะถ้าเตรียมไม่ดีพอ จะส่งผลเสียหายต่อการผลิตคราวนั้นๆและคราวต่อไป เราจึงต้องปรับสภาพดินให้เหมาะสมที่สุดต่อการปลูกและการเจริญเติบโตของข้าว โดยการหมักดินด้วยจุลินทรีย์ที่เราผลิตเองตามคำแนะนำของกรมการพัฒนาที่ดิน เพื่อให้ช่วยควบคุมวัชพืช โรค แมลงและสัตว์ศัตรูข้าวบางชนิด จากนั้นจึงไถตะ ไถแปร คราด และทำเทือก

๔. วิธีปลูก : การปลูกข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ใช้วิธี ปักดำ ซึ่งเป็นวิธีที่เหมาะสมที่สุดในการผลิตข้าวอินทรีย์ เพราะการเตรียมดิน ทำเทือก การควบคุมระดับน้ำในนาจะช่วยลดปริมาณวัชพืชได้ และการปลูกกล้าข้าวลงดินจะช่วยทำให้ข้าวสามารถแข่งขันกับวัชพืชได้ ต้นกล้าที่ใช้ปักดำ มีอายุประมาณ ๒๐ วัน เป็นต้นกล้าที่เจริญเติบโตแข็งแรงดี ปราศจากโรคและแมลงทำลาย



๕. การจัดการความอุดมสมบูรณ์ของดิน การจัดการดินเพื่อรักษาความอุดมสมบูรณ์ของดินให้เหมาะสมกับการใช้ปลูกข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ ไม่เผาตอซัง ฟางข้าว และเศษวัสดุอินทรีย์ในแปลงนา เพราะเป็นการทำลายอินทรีย์วัตถุและ จุลินทรีย์ดินที่

มีประโยชน์ เพิ่มอินทรีย์วัตถุให้กับดินโดยการปลูกพืช โดยเฉพาะพืชตระกูลถั่วในที่ว่างในบริเวณพื้นที่นาตามความเหมาะสม แล้วใช้อินทรีย์วัตถุที่เกิดจากการเลี้ยงไส้เดือน ทั้งมูลและน้ำเลี้ยง บำรุงทั่วแปลงอย่างต่อเนื่องทั่วทั้งแปลงจึงอุดมสมบูรณ์ สังเกตได้จากมูลไส้เดือนกระจายตัวอยู่ทั่วไป



ปอเลี้ยงไส้เดือน

### ขั้นตอนการจัดการความอุดมสมบูรณ์ของดิน

๑. วิเคราะห์ดินนาทุกปี แล้วดำเนินการแก้ไขภาวะความเป็นกรดเป็นด่างของดินให้เหมาะสมกับการเจริญเติบโตของข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่ ด้วยอินทรีย์วัตถุจากธรรมชาติ ๑๐๐% และน้ำหมักชีวภาพด้วยชีววิถี โดยคำแนะนำของกรมการพัฒนาที่ดิน

๒. น้ำหมักชีวภาพ หรือน้ำสกัดชีวภาพ(Bio Extract) เราทำใช้เองจากวัสดุเหลือใช้ในไร่นา ในครัวเรือน นำมาหมักร่วมกับกากน้ำตาล(Mollass) ละลายน้ำ

๓. น้ำสกัดจากพืช ผลไม้ได้แก่ผักต่างๆ ใบสะเดา ตะไคร้หอม พืชสมุนไพรต่างๆ มะม่วง สับปะรด กลัวย มะละกอ ฟักทอง น้ำสกัดจากสัตว์ ได้แก่ ไส้ปลา หอยเชอรี่ เป็นต้น

๔. การใช้อินทรีย์วัตถุบางอย่างทดแทนปุ๋ยเคมี ใช้แทนดวงหว่านทั่วแปลงเพื่อเพิ่มธาตุอาหารในดินตลอดเวลา



## วิธีใช้น้ำหมักในนาข้าวอินทรีย์ไรซ์เบอร์รี่

ครั้งที่ ๑ หลังทำเทือก ใช้น้ำหมักพืชที่ทำขึ้น อัตรา ๕ ลิตร ต่อไร่ ผสมน้ำเปล่า ๑๐ เท่า รดให้ทั่ว ก่อนการปักดำข้าว

ครั้งที่ ๒ ระยะข้าวแตกกอหรือหลังจากปักดำข้าวไปแล้ว ๓๐ วัน ใช้น้ำหมักจากเนื้อ อัตรา ๕ ลิตร ต่อไร่ ผสมน้ำเปล่า เท่ากันกับครั้งที่ ๑ รดให้ทั่ว

ครั้งที่ ๓ ระยะข้าวเริ่มตั้งท้อง ใช้น้ำหมักผลไม้ อัตรา ๕๐ ซีซี ต่อไร่ ผสมน้ำเปล่า ๕๐ เท่า ฟันทั่วแปลง ครั้งที่ ๔ และ ๕ ฉีดพ่นด้วยน้ำหมักจากผลไม้ หลังจากครั้งที่ ๓ เป็นเวลา ๑๕ และ ๓๐ วัน

## ข้าวไรซ์เบอร์รี่ คือข้าวอะไร

ข้าวไรซ์เบอร์รี่ คือพันธุ์ข้าวที่เกิดจากการผสมข้ามพันธุ์ระหว่างข้าวหอมนิลกับข้าวดอกมะลิ ๑๐๕ จากศูนย์วิทยาศาสตร์ข้าว ได้รับความร่วมมือระหว่างคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กำแพงแสน ซึ่งร่วมกันวิจัยและปรับปรุงพันธุ์ขึ้นมา ทำให้ได้ข้าวพันธุ์ใหม่ที่มีลักษณะเด่นประจำสายพันธุ์ คือ มีลักษณะเฉพาะเป็นเมล็ดข้าวสีม่วงเข้ม เมล็ดเรียวยาว ประมาณ ๗.๐ มิลลิเมตร เมื่อหุงแล้วจะมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว

## ข้าวไรซ์เบอร์รี่หุงอย่างไรให้อร่อยน่าทาน

สำหรับผู้เริ่มหัดทานข้าวไรซ์เบอร์รี่ให้ผสมข้าวไรซ์เบอร์รี่ลงในข้าวขาวในอัตราส่วน ๑ : ๓ ใส่ใส่น้ำมากกว่าการหุงข้าวขาวเล็กน้อย หากเริ่มเคยชินกับผิวสัมผัสของข้าวไรซ์เบอร์รี่แล้ว ให้เพิ่มอัตราส่วนเป็น ๑ : ๑ และปรับเปลี่ยนเป็นข้าวไรซ์เบอร์รี่เพียงอย่างเดียวตามลำดับ

เทคนิคง่าย ๆ อีกอย่างที่จะแนะนำ คือ การนำข้าวไรซ์เบอร์รี่แช่น้ำก่อนหุง ๓๐ - ๖๐ นาที เนื่องจากการแช่ข้าวไว้ก่อนและนำมาหุงนั้นจะทำให้หุงข้าวสุกเร็วกว่าข้าวที่ไม่ได้แช่ และข้าวที่สุกจะหอมนุ่ม สำหรับการใส่น้ำให้ใส่น้ำเท่ากับการหุงข้าวหอมมะลิหรือจะมากกว่าก็ได้ โดย

อาจจะใช้อัตราส่วนเป็นข้าว ๑ ส่วน ต่อ น้ำ ๑ : ๕ ส่วน ขึ้นอยู่กับความชอบของคนรับประทาน หลังจากข้าวสุกแล้วให้ทิ้ง ไว้ในหม้ออีกประมาณ ๑๐ นาที แล้ว จึงนำมารับประทาน ข้าวไรซ์เบอร์รี่จะนุ่มนวล มีกลิ่นหอม อร่อย และน่ารับประทานมาก

## การแปรรูป

ข้าวไรซ์เบอร์รี่สามารถนำไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์อาหารหลากหลาย เช่น ชา กาแฟ เส้นขนมจีน ขนมครก ขนมปัง เบเกอรี่ ไอศกรีม และคุกกี้ เป็นต้น

## คุณประโยชน์

สตรีมีครรภ์ จะช่วยให้บุตรในครรภ์มีสุขภาพแข็งแรง และสามารถป้องกันโรคปากแหว่งเพดานโหว่เพราะมีสารโฟแลตและน้ำตาลต่ำ

กลุ่มผู้สูงอายุ จะช่วยบำรุงร่างกาย เสริมสร้างประสิทธิภาพในการไหลเวียนของโลหิต ชะลอความแก่ บำรุงสายตาและระบบประสาท

ผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคอ้วน สามารถควบคุมน้ำตาลและน้ำหนักได้ เพราะมีดัชนีน้ำตาลต่ำกว่าข้าวทั่วไป

คนที่เป็โรคโลหิตจางจากการขาดธาตุเหล็ก หากรับประทานข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นประจำแล้วจะได้สารอาหาร โดยเฉพาะธาตุเหล็กธรรมชาติซึ่งจะช่วยในการบำรุงโลหิต และบำรุงร่างกายให้แข็งแรง



## การผลิตข้าวอินทรีย์ ไรซ์เบอร์รี่

## การผลิตข้าวอินทรีย์ ไรซ์เบอร์รี่

