

เรียนรู้วิถีเกษตรกรรมอย่างสร้างสรรค์  
ด้วยการอ่านและลงมือทำด้วยตนเอง



# กล้วย

ประพันธ์ ชานนท์ เรียบเรียง



## คำนำสำนักพิมพ์

"กล้วย" เป็นพืชที่อยู่คู่กับสังคมไทยมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เป็นพืชสารพัดประโยชน์ที่ปลูกไว้กินผลและขายภายในประเทศ รวมทั้งส่งออกไปขายยังตลาดต่างประเทศอีกด้วย

กล้วยมีกี่ชนิด หลายคนอาจตอบว่า กล้วยไข่ กล้วยน้ำว้า หรือกล้วยหอม แต่ความจริงแล้ว ยังมีกล้วยอีกมากมายหลายชนิดที่มีผลลักษณะแปลก ๆ ซึ่งบางคนอาจไม่เคยเห็นมาก่อน แต่เราได้รวบรวมไว้แล้วในหนังสือเล่มนี้ โดยจะพาไปรู้จักส่วนต่างๆ ของกล้วย ถิ่นกำเนิดของกล้วย รู้จักกล้วยแต่ละสายพันธุ์ จากที่เคยกินกล้วยหลายคนอาจอยากปลูกกล้วย เราก็แนะนำวิธีการปลูกกล้วยอย่างง่าย ๆ การป้องกันโรคและกำจัดศัตรูพืช รวมทั้งแนะนำเมนูอาหารจากกล้วย การแปรรูปกล้วย

นอกจากนี้ยังสอดแทรกเนื้อหาเรื่องวิถีชีวิตของคนไทยที่นำส่วนต่างๆ ของกล้วยมาใช้ประโยชน์ไว้ด้วย ซึ่งนานมีบุ๊คส์หวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ท่านผู้อ่านได้รับความรู้เกี่ยวกับกล้วยและเห็นคุณค่าของเกษตรกรรม

นานมีบุ๊คส์



# สารบัญ



## ความรู้ทั่วไป

- รู้จักกล้วย.....8
- บันทึกการเดินทางของกล้วย.....10
- กล้วยกับวิถีชีวิตคนไทย.....12
- สายพันธุ์กล้วยในประเทศไทย.....14
- กล้วยพันธุ์นี้ปลูกไว้ขาย.....16

## ลองทำดู: ปลูก

- คัดสรรพันธุ์กล้วยเพื่อปลูก.....17
- ธรรมชาติของกล้วย.....18
- เตรียมการปลูกกล้วย.....20
- ลงมือปลูกกล้วย.....22
- บำรุงดูแลกล้วยอย่างถูกวิธี.....24
- ปลูกกล้วยแบบกลับหัว.....26
- โรคและแมลงศัตรูของกล้วย.....28
- ได้เวลาเก็บกล้วย.....30
- เคล็ดลับการป่มกล้วยให้สุกเร็ว.....32
- ปฏิทินการปลูกกล้วย.....34



## ลองทำดู: ทำอาหาร

เค้กกกล้วยหอม.....	36
กล้วยบวชชี.....	37
ทอดมันหัวปลีสูตรโบราณ.....	38



## ลองทำดู: แปรรูป

กล้วยตาก.....	40
ขนมกล้วย.....	41

## เกร็ดความรู้เสริม

กินกล้วยช่วยให้สุขภาพดี.....	42
วิถีไทยกับงานใบตอง.....	44
กล้วยช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม.....	46
ป้อนน้ำหมักจากหน่อกล้วย.....	48
เทคนิคการปลูกผักบนต้นกล้วย.....	50



# รู้จักกล้วย

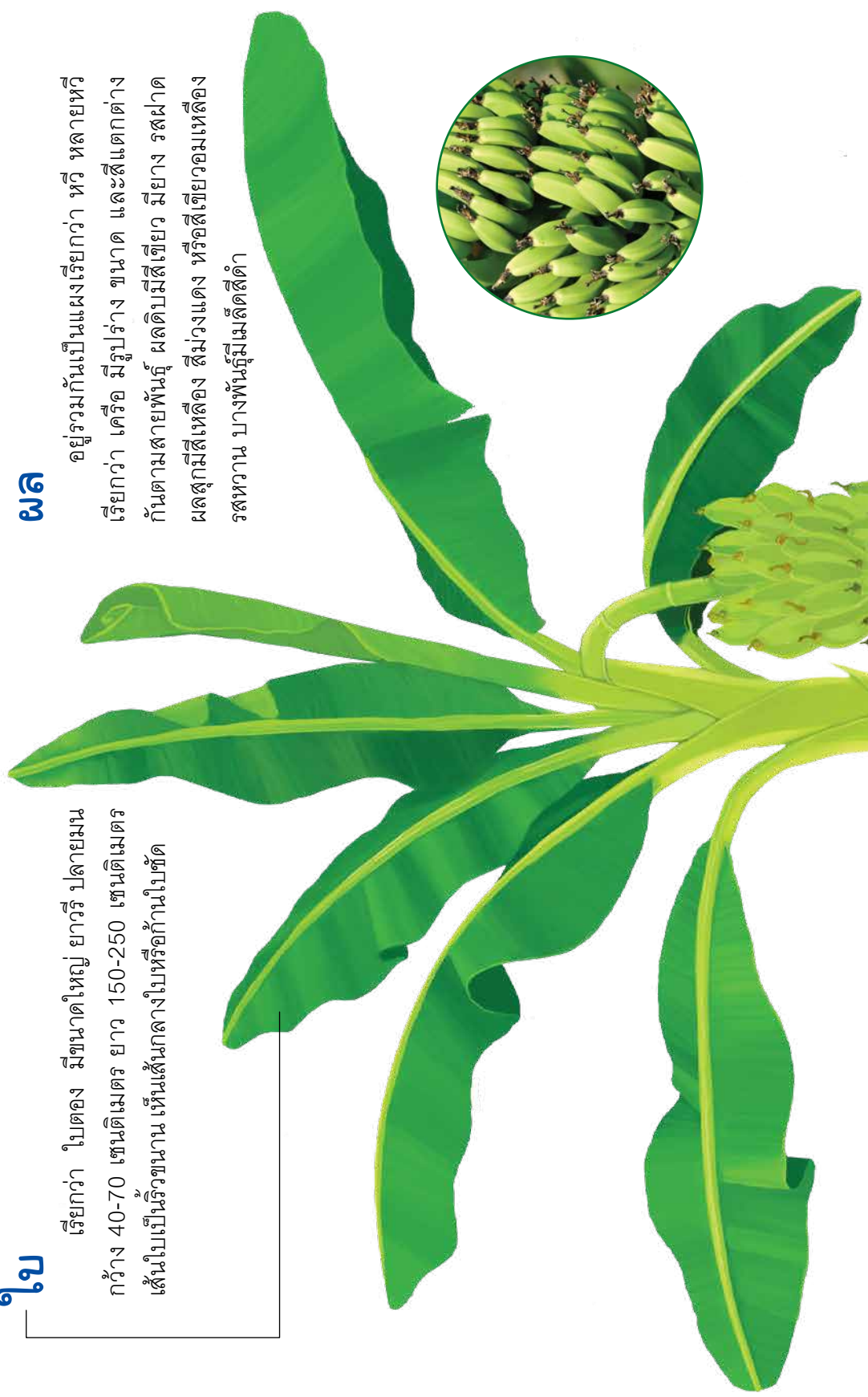
กล้วยเป็นพืชสารพัดประโยชน์ที่มีวิวัฒนาการของสายพันธุ์มานานกว่า 50 ล้านปี มนุษย์นำกล้วยมาปลูกไว้ใกล้ที่พักอาศัยเพื่อใช้เป็นอาหาร กล้วยปลูกลงง่าย โตไว และให้ผลผลิตตลอดปี มนุษย์ชอบกินกล้วยเพราะอิมมูมของสัตว์อีกหลายชนิด เช่น ช้าง ลิง กระรอก นก ค้างคาว ก็ชอบกินกล้วยเช่นกัน ส่วนต่างๆ ของกล้วยมีดังนี้

## ใบ

เรียกว่า ใบตอง มีขนาดใหญ่ ยาวรี ปลายมน กว้าง 40-70 เซนติเมตร ยาว 150-250 เซนติเมตร เส้นใบเป็นริ้วขนาน เห็นเส้นกลางใบหรือก้านใบชัด

## ผล

อยู่รวมกันเป็นแผงเรียกว่า หวี หลายหวี เรียกว่า เครือ มีรูปร่าง ขนาด และสีแตกต่างกันตามสายพันธุ์ ผลดิบมีสีเขียว มียาง รสฝาด ผลสุกมีสีเหลือง สีม่วงแดง หรือสีเขียวอมเหลือง รสหวาน บางพันธุ์มีเมล็ดสีดำ





## ลำต้นเทียม

ลำต้นที่มองเห็นคือกาบใบ เป็น แผ่นก้านใบที่ซ้อนกันแน่นเป็นรูปทรง กระบองอกจากเหง้า เมื่อโตเต็มที่สูง 2-9 เมตร กายในมีแก่นสีขาวเรียกว่า หยวก

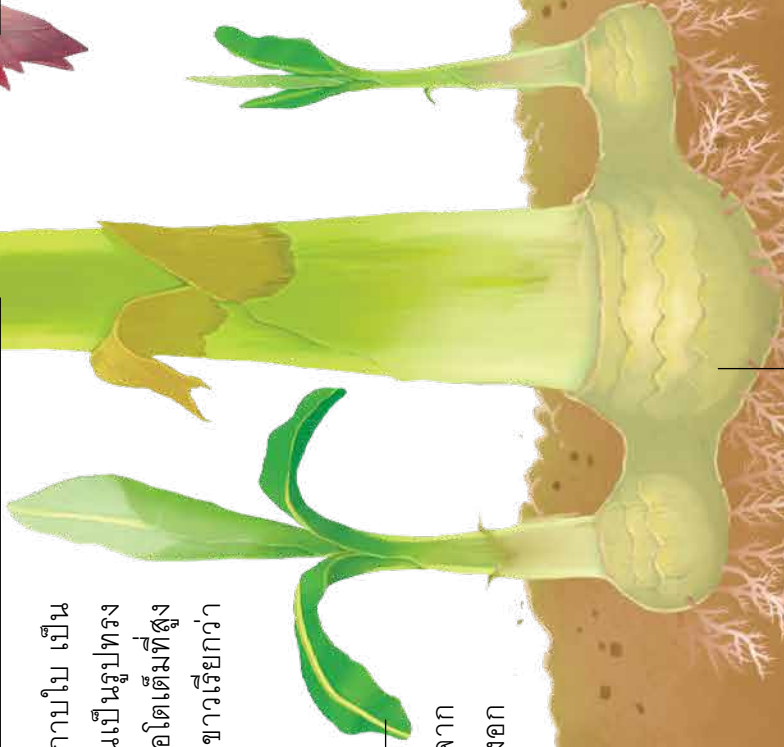


## ดอก

เรียกว่า ปลี รูปร่างเรียวยาว ปลายแหลม มีกาบรองดอกสีแดงอมม่วงซ้อน เป็นชั้น มี 2 ส่วน คือ

ดอกย่อยเพศผู้ สีขาวนวล ถูก ห่อหุ้มด้วยกาบรองดอกสีแดงอมม่วง อยู่ส่วนปลาย เรียกว่า หัวปลี

ดอกย่อยเพศเมีย คือส่วนที่ พัฒนาเป็นผลกล้วย เรียงเป็นแผงอยู่เหนือส่วนหัวปลี



## หน่อ

ต้นอ่อนที่งอกออกจาก เหง้าหรือลำต้นใต้ดิน จะงอก ขึ้นมาใกล้ๆ โคนต้นเดิม

## เหง้า

อยู่ใต้ดิน เป็นลำต้นจริงของกล้วย รูปร่างค่อนข้างกลม เส้นผ่านศูนย์กลาง 20-30 เซนติเมตร

## ราก

เป็นระบบรากฝอย งอกออกจากเหง้าและ แผ่กระจายใต้ดินเป็นบริเวณกว้าง

# บันทึกการเดินทางของกล้วย

กล้วยมีถิ่นกำเนิดในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ได้แก่ ประเทศอินโดนีเซีย มาเลเซีย ไทย เมียนมาร์ ลาว กัมพูชา ต่อมาจึงได้แพร่พันธุ์ไปสู่เอเชียใต้คือประเทศอินเดีย และเขตอบอุ่นของเอเชีย จนถึงแอฟริกา อเมริกาใต้ ยุโรปตอนใต้ และออสเตรเลีย

## 600 ปีก่อนคริสต์ศักราช

ประเทศอินเดีย มีบันทึกเกี่ยวกับกล้วย ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระไตรปิฎก ทั้งยังมีภาพวาดโบราณของกล้วยตามผนังถ้ำศักดิ์สิทธิ์หลายแห่ง เช่น ถ้ำอชันดา และถ้ำเอลโลรา



## 327 ปีก่อนคริสต์ศักราช

หลังจากรบชนะเปอร์เซีย พระเจ้าอเล็กซานเดอร์มหาราชได้ยกทัพทำสงครามกับประเทศอินเดีย พระองค์เสวยกล้วยเป็นครั้งแรก ก็ทรงชื่นชอบมาก แต่ครั้งนั้นไม่พบข้อมูลว่านำกล้วยไปปลูกในยุโรปแต่อย่างใด

## 63 ปีก่อนคริสต์ศักราช

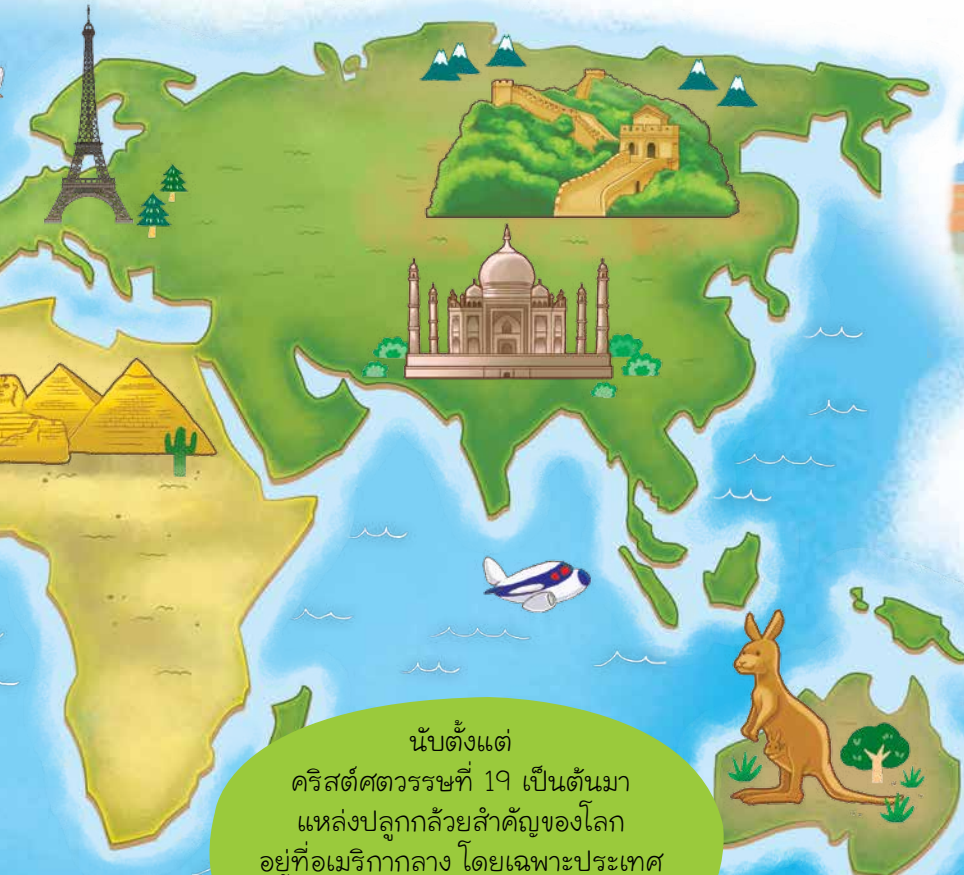
อันโตนิอุส มูซา นักพฤกษศาสตร์ชาวกรีกและแพทย์ประจำราชสำนักของจักรพรรดิออกัสตัส นำหน่อกล้วยจากอินเดียไปปลูกในประเทศอียิปต์ นอกจากนี้ชาวอาหรับยังใช้กล้วยเป็นสมุนไพรรักษาโรค





## คริสต์ศักราช 200

มีคนนำกล้วยไปปลูกในพื้นที่ประเทศจีนตอนใต้และส่งเสริมให้ชาวบ้านปลูกกันอย่างแพร่หลาย พร้อมทั้งส่งกล้วยเป็นเครื่องบรรณาการแด่ฮ่องเต้และราชสำนักจีนเรื่อยมา



## คริสต์ศักราช 650

พ่อค้าอาหารับเริ่มติดต่อด้าขายทางเรือ ได้นำผลกล้วยและต้นกล้วยใส่เรือไปขายที่แอฟริกาเหนือ กล้วยจึงขยายพันธุ์ไปทั่วแอฟริกา

นับตั้งแต่คริสต์ศตวรรษที่ 19 เป็นต้นมา แหล่งปลูกกล้วยสำคัญของโลกอยู่ที่อเมริกากลาง โดยเฉพาะประเทศคอสตาริกาและฮอนดูรัสส่งออกกล้วยมากเป็นอันดับต้น ๆ ของโลก



## คริสต์ศักราช 1502

พ่อค้าชาวโปรตุเกสเดินเรือไปถึงแอฟริกาตะวันตก ได้นำหน่อกล้วยไปปลูกที่หมู่เกาะคะเนรี ต่อมาชาวสเปนได้นำไปปลูกที่หมู่เกาะเวสต์อินดีสและอเมริกากลาง ไม่นานกล้วยก็แพร่พันธุ์ไปตามเกาะต่าง ๆ จนทั่วอเมริกากลาง



# กล้วยกับวิถีชีวิตคนไทย

การปลูกกล้วยในประเทศไทยสันนิษฐานว่าเริ่มในช่วงก่อนยุคอาณาจักรศรีวิชัยหรือประมาณ พ.ศ. 1200 คนสมัยนั้นน่าจะนำพันธุ์กล้วยจากป่ามาปลูกตามบ้านเรือน

## ผลไม้คู่สังคมไทย

จากจดหมายเหตุลา ลูแบร์ (La Loubère) ราชทูตชาวฝรั่งเศสที่มาพำนักในกรุงศรีอยุธยา สมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชกล่าวถึงกล้วยวงช้างหรือกล้วยร้อยหวีเอาไว้ ต่อมาในสมัยกรุงธนบุรี ชาวฝรั่งเศสชื่อ ฟรองซัว อารี ตูร์แปง (François Henri Turpin) เขียนบันทึกวิธีใช้ประโยชน์จากใบตองของคนไทยในชีวิตประจำวัน

จนกระทั่งสมัยรัชกาลที่ 5 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ที่พระยาศรีสุนทรโวหาร (น้อย อาจารยางกูร) บันทึกเรื่องราวของกล้วยสายพันธุ์ต่าง ๆ ผ่านกาพย์ฉบัง ๑๖ ในแบบเรียนชื่อ พรรณพฤกษากับสัตตวาภิธาน

บันทึกทางประวัติศาสตร์เหล่านี้แสดงให้เห็นว่ากล้วยเป็นผลไม้ยอดนิยมของสังคมไทยมายาวนาน ทั้งปลูกไว้เพื่อกิน ขาย และขยายพันธุ์



## กล้วยกับความเชื่อของคนไทย

### ความเชื่อที่เป็นมงคล

- ทำบุญตักบาตรด้วยกล้วยสุก เชื่อว่าจะสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาโดยสะดวก รวดเร็ว
- ปลูกกล้วยไว้ทิศตะวันออกของตัวบ้าน การงานในบ้านจะราบรื่น ไร้อุปสรรค
- ปลูกกล้วยไว้ทิศตะวันตกของตัวบ้าน ทุกคนในครอบครัวจะร่มเย็นเป็นสุข



### ความเชื่อที่ไม่เป็นมงคล

- ปลูกกล้วยกลางพรรษาคงปลูกจะประสบภัยพิบัติ
- ปลูกกล้วยตานีในบริเวณบ้าน ผีนางตานีจะมารบกวนเจ้าของบ้าน

# ผูกพันกับวิถีชีวิตไทย

กล้วยเป็นผลไม้ที่ผูกพันกับวิถีชีวิตคนไทยตั้งแต่เกิดจนเสียชีวิต ซึ่งเราใช้ประโยชน์จากต้นกล้วยได้แทบทุกส่วน ในแต่ละช่วงชีวิต



หลังคลอดให้คุณแม่กินแกงหัวปลี จะช่วยผลิตน้ำนม เพราะหัวปลีอุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร



กล้วยสุกบดหรือกล้วยบดผสมข้าว เป็นอาหารของเด็กอายุ 4-5 เดือน มีคุณค่าทางอาหารสูง เพราะเนื้อนุ่ม กลืนง่าย



เด็กไทยในอดีตมีของเล่นที่ทำจากกล้วย เช่น ม้าก้านกล้วย ดาบทางใบตอง ปืนยาวกล้วย



นักมวยซ้อมเตะต่อย กับต้นกล้วย แทนกระสอบทราย



ในพิธีแต่งงาน ใช้ต้นกล้วยและเครือกล้วย อยู่ในขบวนแห่ขันหมาก



ในพิธีศพ นิยมใช้กาบกล้วยมาฉลุลาย เรียกว่า การแทงหยวกประดับโลงศพ