



จดหมายข่าวส่งเสริมการเกษตร

สำนักงานเกษตรจังหวัดเลย

ฉบับที่ 1 เดือน เมษายน 2553

วิธีลดปริมาณสารพิษในผัก

นางปทุมวัน ประจันพล เกษตรจังหวัดเลย แนะนำวิธีลดสารพิษในพืชผักก่อนรับประทาน โดยมีวิธี ดังนี้

1. ลอกหรือปอกเปลือก แช่น้ำสะอาดนาน 5 – 10 นาที จากนั้นล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้งจะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 27 – 72
2. แช่น้ำปูนใส แช่นาน 10 นาที จากนั้นล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง จะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 34 – 52
3. แช่น้ำด้วยด่างทับทิม นาน 10 นาที (ด่างทับทิม 20 – 30 เกล็ด ผสมน้ำ 4 ลิตร) ล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง จะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 35 – 43
4. การใช้ความร้อน จะลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 48 – 50
5. ล้างด้วยน้ำไหลจากก๊อก นาน 2 นาที จะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 25 – 39
6. แช่น้ำซาวข้าว นาน 10 นาที และล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง จะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 29 – 38
7. แช่น้ำส้มสายชูหรือเกลือป่น (น้ำส้มสายชูหรือเกลือป่น 1 ช้อนโต๊ะ ผสมน้ำ 4 ลิตร) ล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้ง จะช่วยลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 29 – 38
8. แช่น้ำยาล้างผัก นาน 10 นาที และล้างด้วยน้ำสะอาดอีกครั้งลดปริมาณสารพิษตกค้างได้ร้อยละ 22 – 36

นายสุเมธ ภูมินทร์

นักวิชาการส่งเสริมการเกษตรชำนาญการ

กลุ่มส่งเสริมและพัฒนาการผลิต

สำนักงานเกษตรจังหวัดเลย

หมายเหตุ หากมีปัญหาไม่เข้าใจให้ติดต่อศูนย์บริการถ่ายทอดเทคโนโลยีการเกษตรประจำตำบล หรือสำนักงานเกษตรอำเภอทุกแห่งที่ใกล้บ้านท่าน หรือสำนักงานเกษตรจังหวัดเลย ในวันเวลาราชการ หรือ โทร 0 – 4281 – 1643

ประชาสัมพันธ์โดย : งานประชาสัมพันธ์ ฝ่ายยุทธศาสตร์และสารสนเทศ สำนักงานเกษตรจังหวัดเลย

โทร. 042 – 813101 E – mail : loei@doae.go.th