

มะม่วงดองกับกรดซาลิซิลิก

มะม่วงดอง อาหารว่างที่เป็นที่โปรดปรานของบรรดาสาว ๆ ที่ชื่นชอบความฉ่ำฉ่ำ การดอง ถือเป็น การถนอมอาหารที่ช่วยยืดอายุการเก็บรักษามะม่วงสดให้สามารถเก็บไว้ทานหรือขายได้นานขึ้น วิธีการดองมะม่วงไม่ยุ่งยากเริ่มจากนำมะม่วงดิบที่มีรสเปรี้ยวมาแช่ในน้ำเกลือและน้ำปูนใสประมาณ 3 ชั่วโมง แล้วนำไปล้างน้ำสะอาด ผึ่งให้สะเด็ดน้ำ นำมาใส่ในภาชนะที่ปิดได้มิดชิด เทน้ำดองที่มีส่วนผสมของเกลือ น้ำเปล่า น้ำตาลให้พอท่วมมะม่วง ปิดฝา และดองไว้ประมาณ 15 วัน ก็จะได้มะม่วงดองรสชาติ อร่อย เค็มตัดเปรี้ยวและกรอบกำลังดี ถ้าเราดองเองก็ไม่จำเป็นต้องหาอะไร แต่หากเราซื้อมาจากไหน เช่น ซื้อจากร้านค้าในตลาดนัด รถเข็น ร้านขายของชำและซูเปอร์มาเก็ตต่างๆ สิ่งหนึ่งที่ขอเตือนให้ต้องระวัง คือ การปนเปื้อนของกรดซาลิซิลิกหรือสารกันรา ซึ่งผู้ผลิต หรือพ่อค้า แม่ค้าอาจเติมลงไปในช่วงการผลิต มะม่วงดองเพื่อป้องกันการขึ้นรา เพราะสารชนิดนี้มีคุณสมบัติยับยั้งการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ เมื่อเติม ลงไปในผักผลไม้ดองจะช่วยให้ผักหรือผลไม้ที่ดองนั้นคงสภาพความสดใหม่ น้ำดองมีลักษณะใส ไม่ขุ่น คุณา รับประทาน และยังสามารถเก็บรักษาไว้ขายได้นานๆ ทว่ากรดซาลิซิลิกนั้นอันตราย เมื่อเราได้รับเข้าสู่ร่างกาย จะทำให้มีอาการระคายเคืองระบบทางเดินอาหาร บริเวณปาก ลำคอ หายใจถี่ถี่ผิดปกติ อาจทำ ให้เกิดแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้ อาเจียน หูอื้อ มีไข้ ความดันต่ำ กรณีที่รุนแรงอาจทำให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงของสมดุลกรด-ด่างในร่างกาย อุณหภูมิร่างกายสูงขึ้น มีภาวะขาดน้ำ และถึงขั้นเสียชีวิตได้ ตามกฎหมายของไทย กำหนดให้กรดซาลิซิลิกเป็นอาหารที่ห้ามผลิต นำเข้าหรือจำหน่าย รวมถึงห้ามใช้ กรดซาลิซิลิกในอาหารทุกชนิด สถาบันอาหาร ได้เก็บตัวอย่างมะม่วงดอง 5 ตัวอย่าง จาก 5 ร้านค้า ในตลาดสดและรถเข็นขายผลไม้ ในเขตกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด เพื่อนำมาวิเคราะห์กรดซาลิซิลิกปนเปื้อน ผลวิเคราะห์พบว่ามะม่วงดองทั้ง 5 ตัวอย่าง ไม่พบกรดซาลิซิลิกปนเปื้อนเลย วันนี้ ผู้บริโภคมั่นใจได้ว่า มะม่วงดองปลอดภัยจากสารกันรา แต่ขอแนะว่าไม่ควรทานอาหารหมักดองบ่อยจนเกินไป ควรทานอาหาร ให้หลากหลาย และครบ 5 หมู่ เพื่อความปลอดภัยในระยะยาว

ผลวิเคราะห์กรดซาลิซิลิกในมะม่วงดอง

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	กรดซาลิซิลิก (พบ/ ไม่พบ)
มะม่วงดอง ร้าน 1 ย่านดอนเมือง	ไม่พบ
มะม่วงดอง ร้าน 2 ย่านลำลูกกา	ไม่พบ
มะม่วงดอง ร้าน 3 ย่านธัญบุรี	ไม่พบ
มะม่วงดอง ร้าน 4 ย่านบางนา	ไม่พบ
มะม่วงดอง ร้าน 5 ย่านดินแดง	ไม่พบ

วันที่วิเคราะห์ 10-11 มิ.ย. 2567 วิเคราะห์ AOAC (2019) 975.31

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02 422 8688 หรือ <http://www.nfi.or.th/foodsafety/>