

# หอมกลิ่นเครื่องเทศ

เครื่องเทศ (Spices) เป็นพืชพื้นถิ่นในดินแดนเขตร้อนโดยเฉพาะในแถบพื้นที่เขตร้อนเส้นศูนย์สูตร ปลูกกันมากในแถบหมู่เกาะอินโดนีเซีย มาเลเซีย ไทย เวียดนาม คนนิยมนำมาใช้ปรุงอาหารเพื่อช่วยเพิ่มทั้งกลิ่นและรสชาติของอาหาร นอกจากนี้ในเครื่องเทศบางชนิดมีสารที่เป็นตัวยาเป็นองค์ประกอบ ดังนั้นยาสมุนไพร (Herbs) ที่ใช้รักษาโรคจึงมักมีเครื่องเทศเป็นส่วนผสมด้วย

กลิ่นหอมและรสจัดของเครื่องเทศเป็นที่ต้องการมากในตลาดยุโรป และมีราคาสูงมากซื้อ-ขายตามน้ำหนักเช่นเดียวกับทองคำ เครื่องเทศจึงกลายเป็นสินค้าส่งออกที่สำคัญของภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มาตั้งแต่ยุคสุวรรณภูมิ



ชื่อไทย \_\_\_\_\_

ชื่ออังกฤษ Cummins

ปรุงอาหาร \_\_\_\_\_

ใช้ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ และใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกง แต่งกลิ่น \_\_\_\_\_

สรรพคุณทางยา \_\_\_\_\_

ขับเหงื่อ แก้อ่อนเพลีย ขับลม และใช้เป็นส่วนผสมของ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



ชื่อไทย กระวาน

ชื่ออังกฤษ \_\_\_\_\_

ปรุงอาหาร \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

สรรพคุณทางยา \_\_\_\_\_

ขับลม ขับเสมหะ แก้อ่อนเพลีย และใช้เป็นส่วนผสมของ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



ชื่อไทย อบเชย

ชื่ออังกฤษ \_\_\_\_\_

ปรุงอาหาร \_\_\_\_\_

ใช้ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ และใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกง เช่น \_\_\_\_\_

สรรพคุณทางยา \_\_\_\_\_

ขับเหงื่อ แก้อ่อนเพลีย ขับลม และใช้เป็นส่วนผสมของ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



ชื่อไทย \_\_\_\_\_

ชื่ออังกฤษ Black Peppers

ปรุงอาหาร \_\_\_\_\_

ใช้แต่งกลิ่นอาหาร ช่วยดับกลิ่นคาว และเป็นส่วนประกอบในน้ำพริกแกง

สรรพคุณทางยา \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

# หอมกลิ่นเครื่องเทศ

เครื่องเทศ (Spices) เป็นพืชพื้นถิ่นในดินแดนเขตร้อนโดยเฉพาะในแถบพื้นที่เขตร้อนเส้นศูนย์สูตร ปลูกกันมากในแถบหมู่เกาะอินโดนีเซีย มาเลเซีย ไทย เวียดนาม คนนิยมนำมาใช้ปรุงอาหารเพื่อช่วยเพิ่มทั้งกลิ่นและรสชาติของอาหาร นอกจากนี้ในเครื่องเทศบางชนิดมีสารที่เป็นตัวยาเป็นองค์ประกอบ ดังนั้นยาสมุนไพร (Herbs) ที่ใช้รักษาโรคจึงมักมีเครื่องเทศเป็นส่วนผสมด้วย

กลิ่นหอมและรสชาติของเครื่องเทศเป็นที่ต้องการมากในตลาดยุโรป และมีราคาสูงมากซื้อ-ขายตามน้ำหนักเช่นเดียวกับทองคำ เครื่องเทศจึงกลายเป็นสินค้าส่งออกที่สำคัญของภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้มาตั้งแต่ยุคสุวรรณภูมิ



ชื่อไทย **ยี่หระ**

ชื่ออังกฤษ Cummins

ปรุงอาหาร

ใช้ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ และใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกง แต่งกลิ่น**อาหาร**

สรรพคุณทางยา

ขับเหงื่อ แก้อ่อนเพลีย ขับลม และใช้เป็นส่วนผสมของยา**แก้ปวดท้อง**



ชื่อไทย กระวาน

ชื่ออังกฤษ **Cardamom**

ปรุงอาหาร

**ใช้เป็นวัตถุดิบปรุงอาหาร ให้กลิ่นหอมฉุน และรสเผ็ดร้อน มักใส่ในแกง ช่วยแต่งกลิ่นและสี สรรพคุณทางยา**

ขับลม ขับเสมหะ แก้อ่อนเพลีย และใช้เป็นส่วนผสมของ**ยาบำรุงธาตุ**

**แก้จุกเสียด ขับลม**



ชื่อไทย อบเชย

ชื่ออังกฤษ **Cinnamon**

ปรุงอาหาร

ใช้ดับกลิ่นคาวของเนื้อสัตว์ และใช้เป็นส่วนผสมในเครื่องแกง เช่น **แกงมัสมั่น พะโล้**

สรรพคุณทางยา

ขับเหงื่อ แก้อ่อนเพลีย ขับลม และใช้เป็นส่วนผสมของ**ยานัตถ์ น้ำมันอบเชย**



ชื่อไทย **พริกไทยดำ**

ชื่ออังกฤษ Black Peppers

ปรุงอาหาร

ใช้แต่งกลิ่นอาหาร ช่วยดับกลิ่นคาว และเป็นส่วนประกอบใน**น้ำพริกแกง**

สรรพคุณทางยา

**ขับเหงื่อ ขับลม แก้อ่อนเพลีย และแก้ท้องผูก ปวดฟัน ช่วยเจริญอาหาร**