

องค์ความรู้

โดยสถาบันงานประชาสัมพันธ์

ออริกาโน (oregano)

“ออริกาโน” หรือที่หลายคนรู้จักในชื่อออริกาโนนิยมนำมาใช้โรยบนหน้าพิซซ่าเพื่อให้มีกลิ่นหอมและมีรสชาติอร่อยขึ้นจัดเป็นเครื่องปรุงรสสำคัญของอาหารอิตาเลียนและเรามักเห็นออริกาโนที่แปรรูปแล้วจึงไม่ทราบว่าคุณค่าของออริกาโนที่เป็นอย่างไร ผู้เขียนจึงนำความรู้เกี่ยวกับออริกาโนตามที่คณะกรรมการจัดทำพจนานุกรมศัพท์สารและผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติอธิบายความหมายไว้มาเสนอให้ทราบดังนี้

“ออริกาโน” เป็นพืชที่มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Origanum vulgare* L. วงศ์ Lamiaceae (Labiatae) เป็นไม้ล้มลุกอายุหลายปีทั้งต้นมีขน ใบเป็นใบเดี่ยวเรียงตรงข้ามสลับตั้งฉากรูปไข่ ช่อดอกแบบช่อแยกแขนงช่อย่อยแบบช่อกระจุก ดอกสีม่วงรูปปากเปิด ผลย่อยแบบผลแห้งแข็งสีน้ำตาลหรือสีน้ำตาลเข้มมีถิ่นกำเนิดในเขตอบอุ่นและทางตะวันตกถึงตะวันตกเฉียงใต้ของยูเรเชียและทะเลเมดิเตอร์เรเนียน ใบมีกลิ่นหอมใช้แต่งกลิ่นปัจจุบันเป็นพืชปลูกในเอเชีย

ยุโรป และฝั่งตะวันออกของทวีปอเมริกาเหนือ ใบและยอดของต้นออริกาโนที่มีช่อดอกมีน้ำมันหอมระเหยร้อยละ ๐.๑-๑.๐ โดยมีองค์ประกอบหลักเป็นไทมอลกับคาร์วาครอล และมีสารกลุ่มเทอร์ปีนอยด์ชนิดอื่นเช่น บิซา-บิซาบอลิน (β -bisabolene) คาริออฟิลลีน (caryophyllene) พารา-ไซมีน (p-cymene) บอร์เนอล (borneol) ลินาโลอล (linalool) นอกจากนี้ยังมีสารกลุ่มฟลาโวนอยด์ (เช่นคูทีโอลิน เอพิเจนิน) กลุ่มไตรเทอร์ปีนอยด์ (เช่นกรดเออร์โฆลิค กรดโอลีแอโนลิก) กลุ่มฟีนอลโพรพานอยด์ (เช่นกรดแกฟเฟอิก กรดโรสเนरिक) กลุ่มแทนนิน (tannins) เป็นต้น

ประโยชน์ของออริกาโนนอกจากใช้เป็นเครื่องเทศปรุงแต่งอาหารบางชนิด เช่น พืชชาขนมปัง น้ำสลัด แล้วยังใช้เป็นยาสมุนไพรสำหรับกระตุ้นให้อายากอาหาร ขับลม ขับเหงื่อ ขับเสมหะ บำรุงประสาท แก้ไอ หอบหืด อาหารไม่ย่อย ปวดศีรษะ ปวดฟัน ใจซ้ออักเสบ เป็นต้น

nunws ชั้นใจดี