สรรพคุณของ "ปลีกล้วย"

นำเสนอเมื่อ : 7 เม.ย. 2556

ปลีกล้วย
คือดอกรวมที่มีกาบขนาดใหญ่ห่อหุ้มอยู่ภายนอกเรียงตัวทับซ้อนกันแน่นเป็นรูปดอกบัวตูมทรงสูง แต่ดอกกล้วยที่แท้จริงก็คือส่วนที่เป็นหลอดสีเหลืองที่ติดและเรียงตัวอยู่รอบแกนขนาดใหญ่รวมกันเป็นช่อดอกแต่ละช่อจะถูกแบ่งกั้นด้วยกาบที่มีสีน้ำตาลแดงเป็นชั้น ๆ กล้วยหนึ่งดอกจะเจริญเป็นผลกล้วยเพียงหนึ่งผล กล้วยหนึ่งช่อก็คือกล้วยหนึ่งหวี และกล้วยหลาย ๆ หวีมารวมกันเราเรียกว่ากล้วยหนึ่งเครือหัวปลีกินได้ทั้งแบบดิบและสุก แบบดิบทำในรูปของผักเป็นเครื่องเคียง รสชาติฝาดถ้านำไปปรุงสุก รสชาติจะนุ่มหวานนิด ๆ หัวปลี เป็นอาหารบำรุงน้ำนมของผู้หญิงที่กำลังมีบุตร มีธาตุเหล็กอยู่มาก ช่วยรักษาโรคกระเพาะอาหาร อุดมไปด้วย แคลเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินเอ และ ซี ในตำรายาพื้นบ้านของประเทศอินเดีย ได้ระบุว่าน้ำคั้นจากหัวปลีกล้วยมีฤทธิ์ลดน้ำตาลในเลือด
ปลีกล้วยจึงเป็นอาหารสมุนไพรอีกชนิดหนึ่งที่เหมาะสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน.

ขอบคุณที่มา เดลินิวส์