



งาน “ลีนจีสด รสอร่อย จากภาคเหนือ”

กรมส่งเสริมการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์

วันนี้มีเรื่องที่จะมาประชาสัมพันธ์ให้ผู้ที่ชื่นชอบการรับประทานผลไม้ทราบว่า ขณะนี้ผลไม้เปลือกสีแดงซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของภาคเหนือ นั่นก็คือ ลีนจี ได้เริ่มออกสู่ตลาดแล้ว โดยกรมส่งเสริมการเกษตร กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ร่วมกับพี่น้องเกษตรกรใน 4 จังหวัดภาคเหนือได้แก่ เชียงใหม่ เชียงราย พะเยา และน่าน นำลีนจีสดๆ คุณภาพดีมาจำหน่ายในงาน “ลีนจีสด รสอร่อย จากภาคเหนือ” ที่กรมส่งเสริมการเกษตร ถนนพหลโยธิน จตุจักร กรุงเทพมหานคร ในงานท่านจะได้พบกับเกษตรกรผู้ปลูกลีนจีจากภาคเหนือนำลีนจีสดจากสวน มาจำหน่ายให้กับประชาชนผู้สนใจในราคายุติธรรม โดยลีนจินำมาจำหน่ายเกษตรกรดูแลเอาใจใส่ดี ตลอด 2 ปีที่ผ่านมา ทำให้การติดช่อดอกของลีนจีมากขึ้น ส่งผลให้ผลผลิตลีนจีในปีนี้มีเพิ่มสูงขึ้น มีปริมาณผลผลิตลีนจีได้ผลดีเกินคาด

ลีนจีเป็นผลไม้ ที่เหมาะกับการบริโภคในสภาวะปัจจุบัน ซึ่งเราพบว่า ผู้คนหันมาใส่ใจเรื่องสุขภาพกันมากขึ้น ในฤดูกาลนี้ ลีนจีจึงเป็นผลไม้ที่เหมาะสมต่อผู้บริโภคทุกเพศ ทุกวัยมากที่สุด เพราะเป็นผลไม้ที่อุดมไปด้วยวิตามิน และน้ำตาล มีน้ำมันหอมระเหย และมีกรดอินทรีย์บางชนิด วิตามิน บี 1 ในลีนจีช่วยป้องกันโรคเหน็บชา วิตามินบี 2 ช่วยให้ ร่างกายเจริญเติบโตป้องกันไขมันอุดตันหลอดเลือด แคลเซียมเสริมสร้างกระดูกให้แข็งแรง อีกทั้งยังมีไนอะซิน ช่วยเปลี่ยนน้ำตาลและไขมันให้เป็นพลังงาน ช่วยระบบย่อยอาหาร

ที่สำคัญที่สุด ลีนจีเป็นผลไม้ที่เหมาะสมกับการรักษารูปร่าง ลีนจี 1 ถ้วย (6 ผล ไม่แกะเมล็ดออก) ให้พลังงานเพียง 125 แคลอรี มีไขมันน้อยกว่า 1 กรัม ลีนจีมีวิตามินบี 2 โฟลทาเซียม และมีวิตามินซีสูงมาก กินลีนจีเพียงวันละ 3 ผลก็ได้วิตามินซีครบถ้วนตามความต้องการใน 1 วัน เนื่องจากวิตามินซีเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่สำคัญ ช่วยบำรุงหลอดเลือด กระดูกและฟัน ในฤดูลีนจีจึงควรกินลีนจีแทนวิตามินซีสังเคราะห์สักกระยะ

ในงานนี้มีเกษตรกรผู้ปลูกลีนจีจากภาคเหนือที่นำลีนจีหลากหลายสายพันธุ์ต่างๆ มาจำหน่ายโดยตรงให้กับผู้บริโภค โดยเฉพาะอย่างยิ่งพันธุ์ “สองฮวย” “โอวเฮียะ” และ “จักรพรรดิ” ซึ่งถือว่าเป็นสุดยอด 3 พันธุ์ที่ได้รับความนิยมของคนไทยและชาวต่างประเทศ ขึ้นชื่อว่า “รสชาติอร่อยมาก” และวันนี้ก็มีตัวอย่างลีนจีพันธุ์ยอดนิยม มาแนะนำให้ไปทดลองชิมในงานนี้ด้วย นอกจากนี้ นอกจากนี้ กรมส่งเสริมการเกษตร ยังได้จัดให้มีตลาดจำหน่ายผลผลิตอีก 2 แห่ง คือ

1. เชียงรายจับคู่กับนครราชสีมา วันที่ 18-20 พฤษภาคม 2555

ณ สวนเมืองทอง ดิคอนุสาวรีย์ท้าวสุรนารี (ย่าโม)

2. เชียงใหม่จับคู่กับสงขลา วันที่ 1 – 3 มิถุนายน 2555 ณ โรบินสันหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่









ภาพโดย : คณะประชาสัมพันธ์ สสจ.

สำนักส่งเสริมและจัดการสินค้าเกษตร