

ทุกคนคงเคยรับรู้ถึงรสเผ็ด "เมื่อได้กินพริกเข้าไป" แล้วรสเผ็ดเกิดขึ้นได้อย่างไร ในเมื่อลิ้นมีเพียงต่อมรับรสเปรี้ยว รสหวาน รสเค็ม และรสขมเท่านั้น

ในความจริงแล้ว "ความเผ็ด" ไม่ใช่ "รสชาติ" แต่เป็นอาการระคายเคือง
ที่เกิดจากสารแคปไซซิน (Capsaicin)* ที่มีคุณสมบัติเหมือนน้ำมัน
ไปเคลือบอยู่บริเวณปาก ลิ้นและลำคอ
เกิดการกระตุ้นให้ปลายประสาทเกิดความรู้สึก
ระคายเคือง ปวดแสบปวดร้อน
ที่เรียกกันว่า "ความเผ็ด" นั่นเอง



กรรมวิธี...แก้เผ็ด



เมื่อต้องเจอกับความเผ็ด ผู้คนแต่ละเชื้อชาติต่างก็มีวิธีการแก้เผ็ดที่แตกต่างกันไป
วิธีที่ได้รับความนิยมที่สุดคือการดื่มน้ำ แต่กว่าจะหายเผ็ดก็ต้องใช้เวลานาน
วิธีที่ทำให้ความเผ็ดหายไปอย่างรวดเร็วก็คือการดื่มนม เพราะนมมีไขมันเป็นส่วนประกอบ
สามารถละลายสารแคปไซซิน ที่เคลือบอยู่ในปาก ลิ้นและลำคอได้ดี
เป็นผลให้อาการเผ็ดลดลงเร็วขึ้นนั่นเอง
นอกจากการดื่มนมแล้วยังมีอีกหลายวิธีที่ช่วยแก้เผ็ดได้เช่นกัน



หลากวิธีแก้เผ็ด

1. ใช้ความหวานเข้าช่วย เช่น น้ำตาล ข้าวกลั้ว ข้าวเหนียว หรือนมปั่นโฮลวีทนุ่ม ๆ
2. ผลไม้แก้เผ็ด ดื่มน้ำมะนาวหรือน้ำมะเขือเทศสด ๆ
3. เกล็ดล้างแก้แสบร้อน เมื่อหั่น ชอย หรือว่าเด็ดพริกแล้วแสบร้อนไปทั่วบริเวณนี้
หรือมือ แก้โดยการนำเกลือแกงสำหรับปรุงอาหารหนึ่งช้อนแกงลงบนมือถูไปถูมา
ความแสบร้อนก็จะคลายลง หรือใช้แป้งเด็กทาตัว หรือแป้งหมี่ที่เราใช้ทำอาหาร
ลูบถูไปมาตรงบริเวณมือและนิ้วที่รู้สึกแสบร้อน สักครู่ก็จะรู้สึกดีขึ้น

* Capsaicin มีชื่อทางเคมีว่า 8-methyl-n-vanillyl-6-noneamide
ซึ่งมีสูตร C₁₈ H₂₃ NO₃ มีน้ำหนักโมเลกุล 305.46 มีจุดหลอมเหลว 65 องศาเซลเซียส
ไม่มีสี ไม่มีกลิ่น ละลายน้ำได้เล็กน้อย และละลายในไขมัน น้ำมัน และแอลกอฮอล์ได้ดี
นอกจากนี้มันยังมีสมบัติทนความร้อน ความเย็นได้ดีด้วย