ภูมิปัญญาท้องถิ่น

ส้มแขก

ส้มแขกเป็นพืชสมุนไพรที่มีขนาดเล็ก มีรสเปรี้ยว มักนิยมนำมาเพิ่มรสชาติให้กับอาหารจากทางภาคใต้ ส้มแขก ถือว่าเป็นสมุนไพรที่ช่วยลดน้ำหนักได้อย่างดีเยี่ยม เนื่องจากส้มแขกจะยับยั้งการสร้างไขมันในร่างกาย สารธรรมชาติในส้มแขกช่วยยับยั้งการเปลี่ยนแป้ง และน้ำตาล ให้กลายเป็นไขมัน อีกทั้งยังช่วยเผาผลาญไขมันภายในร่างกายได้อีกด้วย นอกจากนี้ส้มแขกยังมีสรรพคุณอื่น ๆ อีกมากมาย

วิธีแปลรูปส้มแขก

1. นำส้มแขกตากแห้งมาล้างให้สะอาด บดให้ละเอียด
2. นำส่วนผสมน้ำตาลทราย เกลือ พริกป่น มาบดให้ละเอียดในอัตราส่วนพอเหมาะ
3. จากนั้นนำส่วนผสมทั้งหมดใส่ลงในกระทะ ใช้ไฟปานกลางกวนจนเหนียวและแห้งไม่ติดมือ 4. พักให้เย็น แล้วนำมาปั้นตามรูปแบบที่ต้องการ

สรรพคุณ

1.ดอกช่วยแก้อาการไอ
2.ดอกใช้เป็นยาขับเสมหะ
3.ผลแก่นำมาใช้ทำเป็นชาลดความดันได้ หรือจะใช้ดอกก็ได้
4.ใช้เป็นยาสมุนไพรช่วยฟอกโลหิต
5.รากใช้ทำเป็นยาแก้กระษัย ด้วยการนำมาตากแห้งแล้วต้มกับน้ำผสมกับรากมังคุด
6.ตำรายาพื้นบ้านใช้ส้มแขกทำเป็นยาบรรเทาอาการปวดท้องในสตรีมีครรภ์
7.ส้มแขกมีสรรพคุณใช้เป็นยาระบายอ่อน ๆ
8.ใบสดนำมารับประทานช่วยแก้อาการท้องผูก
9.มีฤทธิ์เป็นยาขับปัสสาวะ

องค์การบริหารส่วนตำบลริโก๋

อำเภอสุไหงปาดี
จังหวัดนราธิวาส