กะปิกับสารกันบูด

กะปิ เครื่องปรุงจากภูมิปัญญาพื้นบ้านไทย ที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเป็นแหล่งที่ดีของโปรตีนและแคลเซียม กะปิใช้เป็นส่วนผสมหลักของน้ำพริกกะปิอาหารพื้นเมืองที่อยู่คู่กับคนไทยมาช้านาน ในไทยจะผลิตกะปิกันในพื้นที่ชายฝั่งทะเลที่เป็นแหล่งของกุ้งเคย
การทำกะปินั้นไม่ยุ่งยาก เริ่มจากนำกุ้งเคยมาล้างให้สะอาดแล้วนำมาคลุกกับเกลือเม็ด ทิ้งไว้เป็นเวลาสั้นๆ จากนั้นนำไปตากแดดเพื่อลดความชื้น แล้วนำมาตำหรือบด ก่อนที่จะนำไปหมักต่อใน โอ่งหรือไห นานประมาณ 6 เดือน
การหมักเป็นเวลานานๆ จะทำให้ได้กะปิที่มีกลิ่น รสดีขึ้น เมื่อหมักได้ที่แล้วจะนำมาตำให้ละเอียด ชาวบ้านมักใช้ครกไม้ในการตำ เพราะจะทำให้ได้กะปิที่เหนียว เนียน นุ่ม และมีกลิ่นหอมเฉพาะตัว
ปัจจุบัน การผลิตกะปิมิใช่เพียงทำเพื่อกินภายในครัวเรือน หรือขายภายในท้องถิ่น แต่มีการผลิตจำนวนมากๆ เพื่อส่งขายไปยังท้องถิ่นอื่นๆ ทั่วประเทศ
ฉะนั้น สิ่งสำคัญที่ผู้ผลิต พ่อค้า แม่ขายต้องการคือ ทำอย่างไรให้กะปิไม่เน่าเสียง่าย เก็บรักษาได้นานขึ้น วิธีที่ง่ายที่ผู้ผลิตนิยม คือ เติมสารกันบูดหรือสารกันเสีย ลงในกะปิ เช่น กรดโปรปิโอนิก
แม้ว่าตามตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขของไทย (ฉบับที่ 281 พ.ศ. 2547) จะอนุญาตให้ใช้กรดโปรปิโอนิกเติมในอาหารได้ แต่ก็ต้องใช้ในปริมาณที่เหมาะสม
เพราะหากใช้ในปริมาณที่มากเกินไป หรือใช้กับอาหารที่ไม่สมควรจะใช้อาจเกิดอันตรายต่อคนทานได้ เช่น ตับและไตจะรับภาระหนักในการกำจัดสารกันบูดออกจากร่างกายทุกวัน
นานเข้าจะทำให้สารกันบูดสะสมในร่างกายเพิ่มขึ้น ทำให้ประสิทธิภาพในการกำจัดสารเคมีของตับและไตลดลง จนทำให้เจ็บป่วยได้
วันนี้ ผู้ที่ชื่นชอบน้ำพริกกะปิอาจต้องระวัง เพราะผลการสุ่มตัวอย่างกะปิ จำนวน 5 ตัวอย่าง จาก 5 ตลาดในเขตกรุงเทพฯ ของสถาบันอาหาร เพื่อนำมาวิเคราะห์ปริมาณสารกันบูด ชนิดกรดโปรปิโอนิกตกค้าง ผลปรากฏว่าพบกะปิถึง 3 ตัวอย่าง มีกรดโปรปิโอนิกตกค้างในปริมาณที่ไม่น้อยเลย ทางที่ดีขอแนะว่า ไม่ควรทานกันบ่อยครั้ง หรือเลือกซื้อหากะปิจากผู้ผลิตเจ้าที่มั่นใจได้ว่าไม่เติมสารกันบูด เพื่อความปลอดภัย

ผลการวิเคราะห์สารกันบูดในกะปิ

ตัวอย่างที่สุ่มตรวจ	กรดโปรปิโอนิก (มิลลิกรัม/ กิโลกรัม)
กะปิ ย่านตลาดตลิ่งชัน	ไม่พบ
กะปิ ย่านตลาดบางกรวย	206.35
กะปิ ย่านตลาดบางกอกน้อย	1,369.32
กะปิ ย่านตลาดบางบอน	ไม่พบ
กะปิ ย่านตลาดเทเวศร์	572.34

วันที่วิเคราะห์ 6 - 8 ก.พ. 2556 วิธีวิเคราะห์ In-house method by HPLC based on IFU(1995), No.63

ศูนย์วิจัยและประเมินความเสี่ยงด้านอาหารปลอดภัย ในโครงการ “พัฒนาอุตสาหกรรมอาหารของไทยให้เป็นครัวอาหารคุณภาพของโลก” สถาบันอาหาร กระทรวงอุตสาหกรรม

โทร. 02 8868088 หรือ www.nfi.or.th/ infocenter