



ข้าวกล้อง งอก

มหาวิทยาลัยพันธุ์ข้าวไทย

หากคุณบริโภคอย่างต่อเนื่องจะช่วยป้องกันการเสื่อมสภาพ

ของเซลล์ 641.3318

และนอน ก17ข

ไม่ว่าจะปี 2552

และช่วย ก.1

กับโรคอัลไซเมอร์สมองอ่อนคลาย

ยังช่วยป้องกันโรคต่างๆ

งาน

ดร.กล้า เมธากานต์



สารบัญ

1. ความเป็นมา	8
2. ข้าวกล้อง	14
3. ข้าวกล้องงอก คืออะไร	22
4. สาร GABA	28
5. ประโยชน์ข้าวกล้องงอก	32
6. ผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องงอก	35
7. สูตรน้ำข้าวกล้องงอก	39
8. ไอศกรีมน้ำข้าวกล้องงอก	42
9. บทส่งท้าย	61
10. เอกสารอ้างอิง	65
11. ภาคผนวก เรื่องของข้าว	69
i. ประวัติข้าวไทย	70
ii. ประวัติการส่งออกข้าว	74
iii. เอกลักษณะข้าวไทย	77
iv. ลักษณะที่สำคัญของข้าว	79
v. การกระจายตัวของรากข้าวในดิน	81
vi. ชนิดของข้าว	83
vii. พันธุ์ข้าวต่าง ๆ	90
viii. เทคโนโลยีการผลิตข้าว	103
ix. การจัดการน้ำ	109
x. การจัดการปุ๋ย	114
xi. โรคข้าว	118
xii. แมลงศัตรูข้าว	123
xiii. วัชพืช	126