

มะรุม

ชื่อสามัญ : กาเหว่าเต็ง (กะเหรี่ยง-กาญจนบุรี) ผักเนื้อไก่ (ฉาน-แม่ฮ่องสอน) เส่ซ้อยะ (กะเหรี่ยง-แม่ฮ่องสอน) ผักอีฮีม ผักอีฮุม มะค้อนก้อม (ภาคเหนือ) Horse radish tree, Drumstick

ชื่อวิทยาศาสตร์ : *Moringa oleifera* Lam.

วงศ์ : Moringaceae

ลักษณะ มะรุมเป็นไม้ยืนต้นขนาดกลาง สูงประมาณ 15-20 เมตร

การขยายพันธุ์ การเพาะเมล็ด การปักชำ

การใช้ประโยชน์ ผลและยอด เป็นอาหาร

ใบแก่ ตากแดด แล้วนำมาบดเป็นผง ชงดื่ม ช่วยลดพิษไข้ในร่างกาย ลดความดันโลหิต



อ้างอิง

Medthai. มะรุม สรรพคุณและประโยชน์ของมะรุม 78 ข้อ(ออนไลน์). แหล่งที่มา : <https://medthai.com/>

มะรุม. 7 เมษายน 2560

Puechkaset.com. มะรุม(Horse Radish Tree) สรรพคุณ และการปลูกมะรุม(ออนไลน์). แหล่งที่มา :

<http://puechkaset.com./มะรุม>. 7 เมษายน