

มะม่วงเบา

ชื่อวิทยาศาสตร์ *Mangifera indica* L.

วงศ์ Anacardiaceae

ไม้ต้น สูงประมาณ 10 เมตร ใบเดี่ยว เรียงสลับ ยาวประมาณ 15-25 เซนติเมตร กว้าง 5-7 เซนติเมตร เนื้อใบบางและค่อนข้างเหนียว ก้านใบยาวประมาณ 4 เซนติเมตร ดอก ออกเป็นช่อกระจุก ดอกย่อยขนาดเล็ก แต่ละดอกมีห้ากลีบ ผลขนาดเล็กกว่ามะม่วงธรรมดา ยาวประมาณ 4-5 เซนติเมตร มีเมล็ดเดี่ยว มะม่วงเบาเป็นพืชพื้นถิ่นทางภาคใต้ มีชื่อวิทยาศาสตร์เหมือนกับมะม่วงชนิดอื่น¹ เหตุที่เรียกมะม่วงเบา นั้น เพราะออกดอกตลอดปี ดอกตก ติดผลมาก

ส่วนที่ใช้ ผล

ประโยชน์ เป็นอาหาร มีวิตามินซี ใช้เป็นส่วนประกอบที่เพิ่มรสเปรี้ยวในอาหาร หรือ นำมา แช่ว่ม เป็นของว่าง อาหารจานหลักที่ใช้มะม่วงเบาเป็นส่วนประกอบ ได้แก่ แกงส้ม²

¹ <http://www.snc.lib.su.ac.th/kmblog/?p=3738>

² <https://themomentum.co/local-alive-mangifera-indica-l-var-advertorial/>