

น้ำมันมะพร้าวสกัดเย็น

น้ำมันมะพร้าวบริสุทธิ์ด้วยการสกัดเย็นที่ขายทั่วไปนั้นมีราคาแพง เราสามารถทำไว้ใช้เองในครัวเรือนได้ไม่ยาก ทั้งมีประโยชน์อย่างมากมาย สามารถนำมาทำอาหาร ใช้เป็นเครื่องสำอางทาผิว ทาผม หรือทาถูตามร่างกายได้

ส่วนผสม อุปกรณ์

- มะพร้าว
- กระต่ายขูดมะพร้าว
- ผ้าขาวบาง
- กะละมัง
- กระชอน
- ถูพลาสติก ยางวง
- น้ำอุ่นต้มสุก อุณหภูมิ 60 องศาเซนติเกรด

วิธีทำ

- นำมะพร้าวมาขูด
- ผสมน้ำอุ่นต้มสุกกับมะพร้าว แล้วคั้นให้เป็นกะทิ โดยคั้นเพียงครั้งเดียว แล้วกรองด้วยผ้าขาวบาง
- นำกะทิเทใส่ถู มัดปากถูให้แน่น อย่าให้ถูตึงมากเกินไป ตั้งทิ้งไว้ในที่ร่ม 48 ชั่วโมง น้ำกะทิจะแบ่งเป็น 2 ชั้น
- ในวันที่ 3 ให้นำมาแช่ในน้ำแข็งหรือในตู้เย็น (ช่องธรรมดา) แล้วทิ้งไว้อีก 6-8 ชั่วโมง
- กะทิจะเป็นไขแข็ง ให้แกะออก นำไขแข็งมาวางบนผ้าขาวบางที่วางบนกระชอนอีกที ปล่อยให้หยดไปเรื่อย ๆ ก็จะได้น้ำมันมะพร้าวที่บริสุทธิ์ นำมากรอกใส่ขวดสามารถเก็บไว้ได้นาน

ข้อมูลจาก มูลนิธิกสิกรรมธรรมชาติ