

ขนมรำข้าวอบกรอบ ที.อาร์.บี.โอ ช่วยสนับสนุน ชาวนาไทย

สแน็คจากรำข้าวไทย มันสมองสองมือของชาวนาไทย สุขุมเพื่อสุขภาพ อร่อย...ได้ประโยชน์



แล้วความฝันของหนุ่มไทยหัวใจฮาร์วาร์ดก็เป็นจริง เมื่อ **ทิม พิธา ลิ้มเจริญรัตน์** คนรุ่นใหม่ไฟแรงที่เห็นความสำคัญของข้าวไทยว่า เป็นกล่องดำให้กับประเทศไทย ในงานเปิดตัว “**ขนมรำข้าวอบกรอบ ที.อาร์.บี.โอ(T.R.B.O :The Rice Bran Oil Company)**” เพื่อพิสูจน์ว่าพืชผลเกษตรที่เติบโตบนแผ่นดินไทย บวกกับมันสมองและสองมือของลูกหลานไทย สามารถสร้างการยอมรับทั้งจากคนไทยและคนทั่วโลก ด้วยการทำธุรกิจในเชิงเพิ่มมูลค่า ซึ่งหมายความว่า เป็นการเพิ่มอุปสงค์ไปโดยปริยาย ช่วยสนับสนุนและเกื้อหนุนชีวิตความเป็นอยู่และคุณภาพชีวิตของชาวนาให้ดีขึ้น โดยไม่ต้องกังวลใจเรื่องราคาจำหน่าย หรือการประกันราคาข้าวจะไม่มี ความหมายอีกต่อไป ด้วยว่าได้มีการสร้างคุณค่าของรำข้าวให้เป็นที่ต้องการนั่นเอง

พิธา ลิ้มเจริญรัตน์ เผยว่า “ภูมิใจมากที่วันนี้ได้ทำให้รำข้าวไทยเป็นที่รู้จัก อยากให้คนไทยได้รู้ว่า รำข้าวไทยซึ่งเป็นเนื้อเยื่อสีทองที่ห่อหุ้มเมล็ดข้าวกล้อง และเป็นส่วนที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงที่สุด วันนี้ได้ถูกนำมาตอบโจทย์ของสาว ๆ และผู้ใส่ใจสุขภาพ ให้กลายเป็นขนมเพื่อสุขภาพดี **ไฟเบอร์สูง ไม่มีคอเลสเตอรอล และแคลอรีต่ำ เพราะผลิตจากรำข้าว 100%** ซึ่งเป็นส่วนที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงที่สุดในเมล็ดข้าว มีไฟเบอร์จากธรรมชาติช่วยในการขับถ่าย ไม่ใส่ผงชูรสและสารกันบูด มีให้เลือกอร่อยได้ 2 รสชาติคือ รสชาทรายายทะเล และรสกระเทียม เพื่อให้รำข้าวอบกรอบ ที.อาร์.บี.โอ เป็นขนมเพื่อสุขภาพอย่างแท้จริง”

งานนี้จึงได้ชวนสาว ๆ มาร่วมแบ่งปันเคล็ดลับเพื่อสุขภาพด้วย โดย **จួយ-จรสพรรณ สวัสดิวัฒน์ ณ อยุธยา** เล่าว่า “ตอนนี้ดูแลธุรกิจร้านขายอุปกรณ์สุนัขแบรนด์ Sniffany&Co.ค่ะ งานหนักเหมือนกันนะคะ มีเครียดมีเหนื่อย เพราะต้องดีไซน์และดูแลรายละเอียดทุกขั้นตอน ชอบกินของจุกจิก มีขนมเป็นของว่างไว้ทานระหว่างมือตลอดประกอบกับด้วยความที่เราทำงานนอกบ้าน บางครั้งก็ทำให้ไม่มีเวลาทำอาหารรับประทานเอง การทำงานหนักบวกกับความเครียดทำให้เกิดอาการท้องผูก อย่างในต่างประเทศมีขนมที่ทำจากข้าวสาลีเพื่อช่วยเรื่องขับถ่ายเพราะมีไฟเบอร์สูง ตอนนี่ดีใจมากที่ในไทยมีขนมที่ทำจากรำข้าวซึ่งเป็นวัตถุดิบจากเกษตรกรของไทยเรา ไม่ต้องนำเข้าวัตถุดิบแพงๆ ให้เสียดุลการค้า และในรำข้าวยังมีคุณค่าสารอาหารมากมายที่คิดไม่ถึง เราไม่ต้องไปซื้อขนมแพงๆ ของต่างประเทศในเมื่อวัตถุดิบที่ได้จากรำข้าวไทยนั้นสุดยอดคุณประโยชน์ นอกจากจะได้สุขภาพแล้วยังช่วยคุณภาพชีวิตของชาวนาไทยให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นด้วย สำหรับวันว่างก็ชวนเพื่อนสาวมาสนุกในงานปาร์ตี้หน้าชาที่บ้าน พ

พร้อมกับรับประทานสแน็คกับชาร้อนๆก็เข้ากันมากค่ะ หรือจะเลือกทานคู่กับสมูทตี้ก็ทั้งอร่อยและได้ประโยชน์เต็มๆ
ถูกใจสาวๆอย่างเรามากค่ะ

ด้านสาวเก่งอย่าง **ดร.ขวัญ หารทรงกิจพงษ์** นักจิตวิทยาที่มีความเชี่ยวชาญด้านการบำบัดเด็กออทิสติก ผู้ก่อตั้ง
“ชมรมเมืองไทยเข้าใจออทิสซึม” เล่าว่า น่าดีใจนะคะที่ปัจจุบันคนสนใจเด็กกลุ่มนี้มากขึ้นมีคนหนุ่มสาวเข้ามา
ช่วยผลักดันให้สังคมไทยมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับออทิสซึมผ่านการจัดกิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง ทั้งกิจกรรม
การกุศล และ นิทรรศการให้ความรู้ ถึงแม้จะทำงานหนักแต่ขวัญก็ไม่ลืมดูแลสุขภาพตัวเองคะ และเลือกที่จะรับ
ประทานอาหารที่มีประโยชน์ หลีกเลี่ยงอาหารมันๆ โดยเฉพาะของทอด แล้วหันมาเลือกอาหารที่ใช้วิธีการอบแทน
บางครั้งที่ต้องทำงานหนักจนลืมทานข้าว ก็อาศัยสแน็คไว้รองท้อง โดยเลือกสแน็คที่มีส่วนผสมของรำข้าว ทราบมา
นานแล้วว่ารำข้าวมีคุณค่าสารอาหารสูงมาก โดยเฉพาะสารที่เรียกว่า **แกมมา โอไรซานอล** ซึ่งเป็นสารต่อต้านอนุมูล
อิสระที่พบในรำข้าวเท่านั้น แล้วยังมีวิตามินบี วิตามินอี วิตามินเอ ธาตุเหล็ก และกรดไขมันที่จำเป็นต่อร่างกาย ทั้ง
โอเมก้า 3, 6 และ 9 ช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกัน รักษาสสมดุลของระบบประสาทและบำรุงสมอง เสริมความจำ
ป้องกันโรคสมองเสื่อม โรคอัลไซเมอร์ และช่วยลดความเครียดได้ค่ะ

ปิดท้ายด้วยคนกันเอง **ดาราสาว ต่าย ชุติมา ลิ้มเจริญรัตน์** กำลังใจสำคัญของผู้บริหารหนุ่ม เสริมว่า ตอนนี้นำลัง
ทุ่มเทกับการเรียนทำอาหารที่ **เลอ กอร์ดอง เบลอ ดุสิต**คะ ถึงแม้จะชอบการทำอาหารและรับประทานเบเกอรี่ แต่ก็
ยังสวย หุ่นดีและหน้าใสเสมอ เคล็ดลับคือการออกกำลังกายด้วยการเล่นพิลาทิสเป็นประจำ และเลือกรับประทาน
อาหารมีส่วนช่วยในเรื่องรูปร่างและผิวพรรณ นอกจากรับประทานอาหารทั้ง 5 หมู่แล้วยังเลือกอาหารและขนมที่มา
จากรำข้าว เพราะในรำข้าวมีประโยชน์มีกรดอะมิโน สารต้านอนุมูลอิสระช่วยชะลอวัย และมีวิตามินทำให้บำรุงเรื่อง
ผิวพรรณและเส้นผม ซึ่งเป็นเรื่องสำคัญของผู้หญิง และวันนี้มีขนมขบเคี้ยวที่ให้ทั้งความอร่อยและสุขภาพดี อีกทั้ง
เป็นทางเลือกใหม่ที่สามารถตอบโจทย์ของสาว ๆ และผู้ที่รักสุขภาพได้ค่ะ