

กล้วยหิน

ดร.นพรัตน์ บำรุงธำกะ

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



ต้นกล้วยหิน กำลังแตกปลี

ในภาคใต้ปลูกกล้วยกันทั่วไป จนเกือบกล่าวได้ว่าแทบทุกครัวเรือนที่มีพื้นที่หลังบ้านตามหลักฐานที่ปรากฏ กล้วยมีถิ่นกำเนิดอยู่ทางเอเชียตะวันออกเฉียงใต้นี้เอง โดยเฉพาะในประเทศไทยเราพบกล้วยป่าอยู่ทั่วไป ตามป่าเขา กล้วยที่เป็นที่นิยมและรู้จักกันมากในบ้านเราได้แก่ กล้วยหอมทอง กล้วยน้ำว้า กล้วยไข่ กล้วยหอมเขียว กล้วยหอมค่อม กล้วยหอมจันทร์ กล้วยหักมุก กล้วยไข่ฝรั่ง กล้วยเล็บมือนาง กล้วยนาคน และกล้วยตานี ความจริงแล้วพันธุ์กล้วยมีประมาณ ๔๐ ชนิด แตกต่างกันออกไป ตามลักษณะผล รูปทรงต้น และจำนวนโครโมโซม ในทางวิทยาศาสตร์นั้นกล้วยจัดเป็นพืชในวงศ์ Musaceae อยู่ในสกุล Musa สำหรับชื่อวิทยาศาสตร์ขึ้นอยู่กับชนิดของกล้วย เช่น *Musa sapientum* ได้แก่ กล้วยน้ำว้า กล้วยหอม และกล้วยไข่ พวก *Musa balbisiana* ได้แก่กล้วยตานี และพวก *Musa acuminata* ได้แก่พวกกล้วยป่า

สำหรับกล้วยหินที่จะกล่าวถึงนั้น เป็นกล้วยที่มีลักษณะพิเศษ และมีความเด่นเฉพาะตัวพบเฉพาะบริเวณจังหวัดภาคใต้ตอนล่าง ได้แก่ ยะลา ปัตตานี และนราธิวาส ดูตามลักษณะน่าจะจัดเป็นพวกเดียวกับกล้วยน้ำว้า คือ *Musa sapientum* จากการศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี คือ คุณชูสิน วรเดช และคุณเสริมสุข จิตปัญญายศ ซึ่งเป็นผู้รวบรวมข้อมูลส่วนใหญ่ของเรื่องนี้พบว่า แหล่งใหญ่ของกล้วยหินอยู่ในบริเวณอำเภอบันนังสตา จังหวัดยะลา มีการปลูกกันเต็มควนหรือเต็มภูเขา บริเวณต้นแม่น้ำปัตตานีที่ไหลผ่านเขื่อนบางลาง จังหวัดยะลา สองฝั่งแม่น้ำจะเห็นกล้วยหินเจริญเติบโตอย่างหนาแน่น ซึ่งอาจคิดว่าเป็นกล้วยป่า กล้วยหินจัดว่าเป็นพืชเก่าแก่คู่กับสองฝั่งแม่น้ำปัตตานี เกิดขึ้นมาตามธรรมชาติ บริเวณพื้นที่ที่มีดินสีดำ อาจเกิดจากการกลายพันธุ์ของกล้วยที่เจริญบริเวณนั้น มีผู้เล่าว่าแต่เดิมพบบริเวณอำเภอบาเจาะริมฝั่งแม่น้ำ ต่อมาก็ใช้หน่อขยายปลูกตามสองฝั่งแม่น้ำปัตตานี อาจปลูกเป็นพืชแซมในสวนยางพาราระยะยางอ่อนหรือแซมในสวนผลไม้ ปัจจุบันทราบว่ามีเนื้อที่ปลูกกล้วยหินประมาณ ๔,๗๘๔ ไร่ เป็นพืชที่ปลูกง่ายไม่จำเป็นต้องดูแลมากนัก

ลักษณะพิเศษของกล้วยหิน

ความเด่นของกล้วยหิน เมื่อเปรียบเทียบกับกล้วยชนิดอื่นมีหลาย

ประการเช่น เป็นกล้วยที่มีรสชาติอร่อย เนื้อไม่ยุ่ย เนื้อในสีขาวอมเหลือง มีลักษณะแข็งเล็กน้อยถึงแม้จะสุก สามารถเก็บไว้ได้นานกว่ากล้วยชนิดอื่นเมื่ออยู่ในสภาพเดียวกัน ผลมีลักษณะเป็นเหลี่ยมแข็ง รสไม่ฝาดสามารถลำเลียงได้ง่าย

ลักษณะทั่วไปกล้วยกล้วยน้ำว้า ลำต้นมีความสูงประมาณ ๓.๕-๕ เมตร ส่วนที่เป็นลำหรือลำต้น (เทียม) เมื่อเจริญเต็มที่วัดรอบโคนต้นยาวประมาณ ๗๐ ซม. มีเส้นผ่าศูนย์กลาง ๕-๖ ซม. ขนาดของใบเมื่อโตเต็มที่ กว้าง ๔๐-๕๐ ซม. ยาว ๑๔๕-๑๕๐ ซม. ใบจะมีขนาดใหญ่ขึ้นเรื่อยๆ เมื่อต้นมีอายุมากขึ้น กล้วยหินที่มีความสมบูรณ์ ขณะสร้างช่อดอกจะมีใบประมาณ ๑๐-๑๕ ใบ และจะเกิดใบใหม่ทุก ๗-๑๐ วัน เพื่อทดแทนใบเก่าที่ตายไป

เมื่อกล้วยหินมีอายุประมาณ ๘ เดือน จะสร้างเครือ และในเครือหนึ่งมีประมาณ ๑๐ หวี เฉลี่ย ๒๐ ผลต่อหวี ขนาดของผลเมื่อโตมีความยาวเฉลี่ย ๖-๘ ซม. กว้าง ๒.๕-๕ ซม. เครือที่อยู่ในที่ร่มมักพบว่าผลมีเปลือกสีดำเนื่องจากรา โดยทั่วไปเนื้อกล้วยหินมีลักษณะแข็งจึงไม่เหมาะสำหรับใช้รับประทานดิบ อย่างไรก็ตามลักษณะของเนื้อกล้วยหินนี้จะมีลักษณะแตกต่างกันไปตามชนิดของดินที่ปลูก เช่น ถ้าปลูกในดินแรมมีแร่ธาตุมาก เนื้อในจะมีสีเหลือง แต่ถ้าปลูกในดินทรายแร่ธาตุน้อย เนื้อจะมีสีค่อนข้างดำ



ข้างดำ ลอกเปลือกยาก คือ เนื้อกล้วยจะติดเปลือก ส่วนสีของผลนั้นจะมีสีเขียวออกดำเมื่อแก่จัด แต่จะมีสีเหลืองเมื่อสุก ส่วนสาเหตุที่เนื้อติดเปลือกลอกยาก รวมทั้งการมีจุดสีดำที่เนื้อกล้วยนี้อาจมีสาเหตุเนื่องมาจากอากาศร้อน และการเก็บหวีกล้วยแยกกันแต่ถ้าวางหวีกล้วยซ้อนกันเป็นกองมักจะไม่ค่อยพบกับปัญหาดังกล่าว ทำให้เชื่อว่าทั้งอุณหภูมิและความชื้นอาจมีผลต่อปัญหาที่เกิดขึ้น

สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับกล้วยหิน

ได้กล่าวมาแล้วว่า ถิ่นที่พบกล้วยหินมากอยู่ในจังหวัดยะลา โดยเฉพาะอำเภอบันนังสตา พื้นที่นี้มีลักษณะภูมิประเทศเป็นภูเขาล้อมรอบ มีฝนตกตลอดปี อากาศชื้นและค่อนข้างเย็นกว่าบริเวณพื้นที่อื่นในภาคใต้ด้วยกัน ในสภาพที่เป็นดินร่วนปนทรายมีแร่ธาตุสมบูรณ์ กล้วยหินจะเจริญดีมีผลงาม บริเวณ

ที่ปลูกกล้วยหิน จึงมักเป็นที่ราบหรือลาดเทบริเวณเชิงเขาซึ่งมีการระบายน้ำดี ถ้าสภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป คือ นอกบริเวณน้ำกล้วยหินจะมีคุณภาพ เช่น รสชาติ ขนาดผล ขนาดเครือลดลงด้วย บริเวณพื้นที่ดังกล่าวยังมีอินทรีย์วัตถุสูง มีความชุ่มชื้นสูงด้วย มีคนทดลองนำกล้วยหินไปปลูกบริเวณอำเภอนาทวี จังหวัดสงขลา พบว่าเนื้อในจะแข็งกว่าปกติ เนื่องจากลำต้นกล้วยหินมักมีขนาดโตกว่าลำกล้วยอื่น จึงมีความทนทานต่อลมไม่ไค่น้ำง่ายแต่อาจมีใบแตกบ้างเพราะแรงลมที่นำสังเกตุ คือ บริเวณไรกล้วยหินของอำเภอบันนังสตาทั้งสองฝั่งแม่น้ำปัตตานี ปลูกกล้วยหินงอกงามดีมาก ปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งน่าจะเป็นเพราะมีแร่ธาตุที่เหมาะสมไหลมากับน้ำในแม่น้ำปัตตานี และท่วมสองฟากฝั่งเป็นครั้งคราว ฉะนั้น ในการเลือกพื้นที่ปลูกกล้วยหิน ควรพิจารณาทั้งความอุดมสมบูรณ์ของดิน ความชื้นของดิน มีการระบายน้ำดี ตลอดจนอุณหภูมิของอากาศที่อาจมีส่วนเกี่ยวข้องอีกด้วย

การปลูกและการเจริญเติบโตของกล้วยหิน

กล้วยหินนิยมขยายพันธุ์ด้วยหน่อ ที่เรียกว่า หน่อใบแคบ (Sword sucker) เป็นหน่อที่มีใบบ้าง แต่เป็นใบเรียวยาวเล็ก ๒-๓ ใบ มีความสูงประมาณ ๕๐ ซม. มีเหง้าติดอยู่ กล้วยหินที่ปลูกในลักษณะ

นี้จะดกผลพร้อมๆ กัน สะดวกในการตัดปลีและตัดเครือ หน่อที่อ้วนลำมักเจริญเติบโต และออกผลเร็วกว่าหน่อที่ยาวสูงขลุ่ย ทั้งขนาดของเครือและผลก็มีขนาดโตกว่า ใบกล้วยหินมักมีขนาดโตกว่า ใบกล้วยทั่วไป ซึ่งรูปร่าง และลักษณะของใบขึ้นอยู่กับอายุของกล้วยด้วย ขนาดของใบจะเพิ่มขึ้นขณะที่กล้วยเจริญเติบโต และขนาดของใบจะใหญ่ที่สุดเมื่อกล้วยจะสร้างช่อดอก ต่อจากนั้นจะมีใบสุดท้ายที่มีขนาดเล็กเกิดขึ้นเพื่อปกป้องช่อดอกจากฝนและแสงแดด การเจริญของช่อดอกซึ่งพัฒนามาจากฐานโคนต้น จะแทงทะลุยอดกล้วย ใช้เวลาประมาณ ๑ เดือน น้ำหนักของผลกล้วยจะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ในระยะสามเดือนแรกและพบว่าผลกล้วยที่อยู่โคนเครือมักมีขนาดและน้ำหนักมากกว่าผลกล้วยที่อยู่ปลายเครือ โดยทั่วไปผลกล้วยหินจะถูกนำมาบ่มให้สุกไม่ปล่อยให้สุกบนต้น

กล้วยหิน

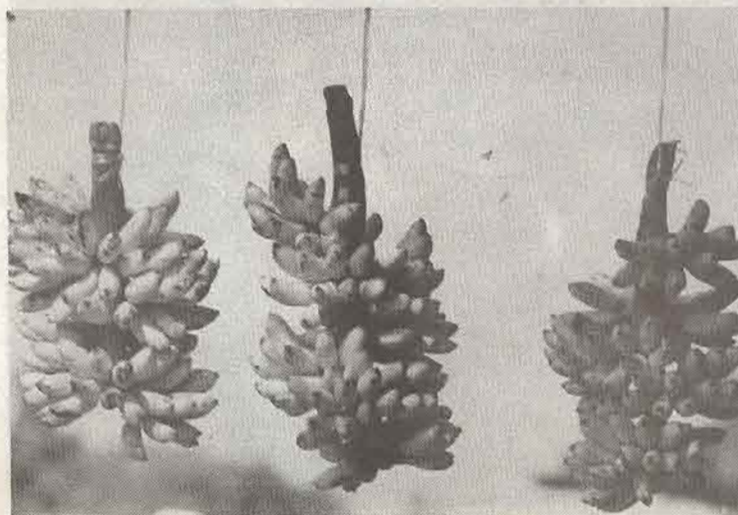


ในการปลูกกล้วยหินนั้น เมื่อเตรียมพื้นที่ปลูกแล้ว ก็มีการวางระยะเพื่อชุดหลุมปลูก เช่น ควรมีระยะห่าง ๖x๗ เมตร เนื่องจากกล้วยหินมีกอใหญ่ ขนาดลำใหญ่ และสูงกว่ากล้วยทั่วไป จึงต้องปลูกระยะห่าง กล้วยหินจะแตกหน่อง่ายในดินดี และปลูกเพียง ๗-๘ เดือน ก็จะแทงหน่อ ๕-๖ หน่อ ชาวสวนบางคนพยายามย้ายหลุมปลูก เช่น ปลูก ๓-๕ ปี ก็รีอหลุมครั้งหนึ่ง นิยมปลูกแนวสี่เหลี่ยมจัตุรัสหรือปลูกแบบขั้นบันไดบนพื้นที่ลาดชันก่อนปลูกมีการชุดหลุมปลูกหลายแบบ ชาวสวนส่วนมาก ชุดกว้าง-ลึก ๕๐-๑๐๐ ซม. ชุดหลุมตากไว้ ๑๐-๑๕ วัน ใส่ปุ๋ยคอกรองก้นหลุม มีผู้แนะนำว่าเพื่อช่วยในการปฏิบัติการบำรุงรักษาและตกแต่งเครือในคราวเดียวกัน ควรเลือกหน่อที่มีขนาดพอๆ กัน การวางหน่อลงหลุมเพื่อให้กล้วยออกเครือติดผลในทางเดียวกันนั้น ให้ดูด้านโค้งของ

หน่อที่จะแตกตา ซึ่งอยู่ตรงกันข้ามกับด้านที่ถูกตัดจากเหง้า เมื่อปลูกสวนโค้งอยู่ทางด้านไหนปลีกกล้วยก็จะออกทางด้านนั้น ถ้ากล้วยออกเครือด้านเดียวกันก็จะสะดวกในการตัดปลี คือ ตัดเครือในแนวเดียวกันได้รวดเร็วไม่ต้องกลับไปกลับมา

นิยมปลูกกล้วยหินตอนต้นฤดูฝน เพราะสะดวกไม่ต้องรดน้ำมากและกล้วยเจริญเติบโตเร็วเมื่อปลูกใหม่ๆ ควรรดน้ำให้มาก แต่ไม่ขังแฉะ ถ้าขาดน้ำผลจะเล็กคุณภาพไม่ดี ฉะนั้นการปฏิบัติรักษาที่สำคัญ คือ การรดน้ำกล้วยเมื่อแล้ง การปราบวัชพืช การตัดแต่งหน่อและการให้ปุ๋ยในสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม พบว่าการคลุมดินมีผลต่อกล้วยหินมาก ชาวสวนส่วนใหญ่นิยมใช้หญ้าหรือกาบใบกล้วยที่ตายแล้วนำมาเป็นวัสดุคลุมดินหรือหลังจากเก็บเครือแล้ว มักจะตัดลำต้นกล้วยนั้นออกเป็นท่อน ๆ ลอกกาบออกคลุมดินอีกทีหนึ่ง ที่

กล้วยไข่



อำเภอบันนังสตา มีผู้ใช้หญ้าใช้ลำต้น หรือกาบคลุมดินเช่นกัน เจ้าของสวนบางรายจะใช้หญ้าแห้งมาคลุมดินในสวนกล้วย อย่างไรก็ตามในพื้นที่ที่มีโรคใบระบาดไม่ควรใช้ใบกล้วยมาคลุมดิน หลังจากปลูกกล้วยหินแล้วไม่ควรพรวนดินใกล้โคน เพราะรากกล้วยหินแผ่กระจายใกล้ผิวดิน ถ้าฝนตกหนักจะชะหน้าดินออกไป ทำให้รากโผล่ ฉะนั้นการคลุมดินจะช่วยแก้ปัญหาเรื่องนี้ การปลูกพืชคลุมดิน และการกำจัดวัชพืชจะทำให้กล้วยออกงามดี

สำหรับการตัดแต่งกล้วยหินนั้นแบ่งออกเป็น ๒ ระยะ คือ ระยะตัดแต่งหน่อ และระยะตัดแต่งลำต้นเหนือดิน การตัดแต่งหน่อมีความจำเป็นมาก โดยเฉพาะในการปลูกกล้วยเป็นการค้าเนื่องจากกล้วยหินมีหน่อมากจึงใช้วิธีจึงตัดออกจากต้นแม่โดยใช้เสียม ส่วนการตัดแต่งลำต้นเหนือดินและเครือใช้เครื่องมือที่มีลักษณะเป็นมีดขอยาวตัด วิธี

การตัดแต่งหน่อกล้วยหินควรพิจารณาให้เหลือหน่อที่มีลักษณะสมบูรณ์และแข็งแรงไว้ เพื่อที่จะได้ส่งผลไปถึงการติดผลด้วย ปกติจะเลือก ๒ หน่อแรกที่อยู่ในทิศทางตรงกันข้ามของสวนที่ใช้ปลูก เพราะเป็นหน่อที่มีรากลึกและแข็งแรง หลังจากที่ได้เก็บเกี่ยวกล้วยหินครั้งแรกไปแล้ว หน่อตามมาควรเก็บเกี่ยวได้ภายในเวลา ๔-๖ เดือน กล้วยหินที่ปลูกแถวอำเภอบันนังสตาไม่นิยมใส่ปุ๋ย เพราะดินส่วนใหญ่มีความอุดมสมบูรณ์ดีอยู่แล้ว และไม่มีการให้น้ำ เนื่องจากเป็นบริเวณที่มีฝนชุก และอยู่ใกล้ลำธารสวนใหญ่ แต่บริเวณที่น้ำไม่สมบูรณ์ก็ควรให้น้ำช่วยด้วยเนื่องจากได้กล่าวมาแล้วว่ารากที่หาอาหารมักกระจายอยู่ใกล้ผิวดิน จึงไม่ควรปล่อยให้ผิวหน้าดินแห้งติดต่อกันเป็นระยะเวลายาวนาน

การเก็บเกี่ยวและการบ่มกล้วยหิน

ในทางปฏิบัติการเก็บเกี่ยวกล้วยหินนิยมพิจารณาจากเหลี่ยมกล้วยเพราะความแก่ของกล้วยจะมีความสัมพันธ์อย่างมากกับเหลี่ยมของผล สำหรับกล้วยหินนิยมตัดเมื่อกล้วยมีความสุกประมาณ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ หรือมากกว่าเล็กน้อย แต่ถ้ามีการขนส่งระยะทางไกลควรตัดเมื่อผลแก่น้อยกว่า ๘๐% นอกจากนั้นการนับจำนวนวันหลังจากวันแรกที่ปลีกกล้วยเริ่มแทงโผล่ออกมาก็ได้ ชาวสวนส่วนมากพิจารณาสีของเปลือกผล คือ เมื่อสีของเปลือก



กล้วยน้ำว้า

ผลเป็นสีเขียวจัดจนเกือบดำจึงตัดหรือคูลีของเนื้อในผล คือ พอลีเนื้อเริ่มมีสีเหลือง หรือปลายผลแห้งแสดงว่าแก่จัดแล้ว แต่ถ้าเนื้อในมีรสมันและฝาดแสดงว่าแก่น้อย

เนื่องจากกล้วยหินมีขนาดลำต้นใหญ่ ให้ผลต้นละเพียงครั้งเดียว ฉะนั้นชาวสวนจึงเก็บเกี่ยวโดยการตัดทั้งลำต้น และไม่นิยมปล่อยให้กล้วยสุกบนต้น เพราะรสชาติของกล้วยจะเสียไป สีของผิวไม่สวย จึงควรเผื่อเวลาสำหรับการขนส่ง และรอจำหน่ายด้วย การนำมาบ่มเป็นสิ่งจำเป็น เพื่อให้กล้วยสุกสม่ำเสมอในปริมาณมาก ๆ เนื่องจากกล้วยหินมีผลแข็งมากต้องบ่มประมาณ ๑ สัปดาห์ จึงจะสุกและรับประทานได้ วิธีบ่มกล้วยหินของชาวสวนมี ๒ วิธี คือ บ่มทั้งเครือซึ่งส่วนมากใช้รับประทานเอง หรือไว้จำหน่ายจำนวนน้อย หรือส่งตลาดระยะใกล้ ๆ วิธีบ่ม ก็คือ เอากล้วย

แขวนไว้ในที่ร่มลมโกรกประมาณ ๖-๗ วันก็เริ่มสุก ส่วนการบ่มเป็นหวี ๆ นั้น โดยการตัดหรือออกจากเครือนำมากองในที่ร่มหรือห้องที่อับลมแล้วรองและคลุมด้วยใบตองแห้ง ๖-๗ วัน กล้วยจะสุก เช่นกัน ชาวบ้านส่วนมากนิยมบ่มในโอ่ง สิ่งที่ควรระวังคือ ถ้าหวีกล้วยถูกแดดนาน ๆ ต้องวางให้เย็นก่อนจึงใส่โอ่ง มิฉะนั้นจะมีปัญหาเรื่องเนื้องกล้วยติดเปลือกเกิดขึ้นได้

โรคและแมลงศัตรูของกล้วยหิน

เท่าที่พบโรคในกล้วยหิน ได้แก่ โรคตายพราย โรคเหี่ยว และโรคใบจุด สำหรับแมลงศัตรูกล้วยหินที่สำคัญ คือ ตัวงวงเจาะลำต้น ซึ่งพบได้ทั่วไปในไร่กล้วยหิน และสามารถสังเกตร่องรอยการเข้าทำลายได้ง่ายที่บริเวณลำต้นและกาบกล้วย ลักษณะการทำลาย คือ ตัวแก่ของตัวงวงชนิดนี้จะวางไข่ไว้

บริเวณกาบกล้วย ส่วนของลำต้นที่เหนือดินขึ้นไปจนถึงประมาณกลางต้น มองเห็นด้านนอกลำต้นเป็นรูพรุนทั่วไป เป็นสาเหตุให้กล้วยตาย ส่วนมากจะพบกับกล้วยหินที่โตแล้วหรือต้นที่ใกล้จะออกปลี หรือกำลังตกเครือ ซึ่งมักจะทำให้เครือหักพับกลางต้น หรือเหี่ยวเฉาตาย ในการป้องกันกำจัดอาจกระทำได้โดยการเลือกพื้นที่ปลูกกล้วยหินใหม่ที่ปราศจากโรคแมลงรบกวนบริเวณไม่รก และไม่เคยมีตัวงวงระบาดมาก่อน หรืออาจขยายพันธุ์จากหน่อที่สมบูรณ์ ปราศจากแมลงรวมทั้งการพยายามรักษาบริเวณโคนต้นให้สะอาดอยู่เสมอ

การแปรรูปกล้วยหิน วิธีการรับประทานกล้วยหินที่เหมาะสมมีหลายวิธีดังตัวอย่าง เช่น

1. **การทำกล้วยต้ม** เป็นวิธีที่ดีที่สุดในการรับประทานกล้วยหินให้มีรสชาติ ซึ่งมีกรรมวิธี คือนำกล้วยที่ปมจนสุกแล้วมาตัดแบ่งหวีให้เหลือประมาณ ๖-๗ ลูก แล้วนำไปใส่ในน้ำเดือดโดยไม่ต้องเปลือกออก ต้มจนได้ที่ประมาณ ๑ ชั่วโมง ก็จะได้กล้วยหินต้มที่สามารถเปลือกรับประทานได้ทันที เมื่อกล้วยสุกเปลือกจะมีสีน้ำตาลคล้ำใสเกลือกเล็กน้อยขณะต้มในการต้มนั้นต้องระมัดระวัง คือ ถ้ากล้วยสุกเกินไปเนื้อจะเละ ถ้าสุกไม่เต็มที่เนื้อจะแข็งไม่อร่อย กล้วยหินต้มนี้มีชื่อเสียงที่บ้านเนินง จังหวัดยะลา ผู้ที่เดินทางผ่านจะเห็นว่ามีร้านค้าเล็ก ๆ หลายร้านมีป้ายวาง

อยู่ แสดงว่าเป็นร้านกล้วยหินต้ม ผู้คนที่เดินทางผ่านมักแวะซื้อเป็นประจำ

2. ทำกล้วยแขกหรือกล้วยทอด

เป็นที่นิยมมากเช่นกันในบริเวณจังหวัดภาคใต้ตอนล่าง มีวิธีการคือ ฝ่าแบ่งกล้วยหินตามยาวนำไปชุบแป้ง แล้วทอดในน้ำมันเดือด นับว่าเป็นวิธีรับประทานกล้วยหินที่อร่อยที่สุดอีกวิธีหนึ่งในการเลือกควรเลือกผลที่ไม่สุกจัด ฝ่าความยาวแล้วซอยบาง ๆ ให้ได้ ๒-๓ แผ่น แป้งชุบมักทำจากแป้งข้าวเจ้า ใส่ น้ำพอนิด ๆ เพิ่มน้ำตาลทรายเล็กน้อย ชูดเนื้อมะพร้าวใส่ลงไปบ้าง หรืออาจจะใส่ไข่ลงไปด้วย จากนั้นใส่น้ำปูนใสเล็กน้อยเพื่อให้กล้วยกรอบ แล้วโรยงา อาจใช้งาขาวหรืองาดำก็ได้ คลุกส่วนผสมให้เข้ากัน แล้วนำแผ่นกล้วยมาชุบใส่ในกระทะที่น้ำมันกำลังเดือด จนกว่าจะมีสีเหลืองอมน้ำตาล แสดงว่าสุกแล้วให้ตักออกรับประทานได้

3. กล้วยหินเชื่อม

มีวิธีการคือ ต้มน้ำให้เดือดใส่น้ำตาลลงไป คนให้ทั่ว แล้วปอกกล้วยหินใส่ลงไป โดยทยอยใส่ไม่ใส่จำนวนมาก เพราะจะทำให้เนื้อเละได้

4. กล้วยหินบวชชี

วิธีการเหมือนการนำกล้วยบวชชีธรรมดา

คือ ต้มกล้วยให้สุก เพื่อทิ้งน้ำฝาด ฝ่าเป็นซีกหรือตามขวาง ต้มกับน้ำกะทิใส่เกลือ น้ำตาลให้มีรสพอเหมาะ

การแปรรูปกล้วยหินดังกล่าว เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับการรับประทานกล้วยหิน เพราะไม่มีรสฝาด เนื้อกล้วยแข็งพอดีไม่ยุ่ย นอกจากนี้ ยังมีคนนิยมนำกล้วยหินสุกเป็นอาหารของนกอีกด้วย ซึ่งสัตว์ก็ชอบกินกล้วยหินเช่นกัน

ตลาดของกล้วยหิน

ในสวนกล้วยหินขนาดใหญ่ เมื่อเก็บเกี่ยวกล้วยแล้ว จะมีพ่อค้าไปรับซื้อถึงในสวนส่วนเจ้าของสวนขนาดเล็กมักนำกล้วยไปขายบริเวณตลาดนัด เช่น ที่อำเภอบันนังสตา มีตลาดนัด ๒ วัน คือ วันอังคาร และวันศุกร์ หรือเจ้าของสวนอาจนำไปส่งที่ตลาดในเขตเทศบาล จังหวัดยะลา ซึ่งมีขายทุกวัน ถึงแม้จะมีราคาสูงกว่ากล้วยน้ำว้าเล็กน้อย แต่ก็มีผู้นิยมบริโภคมาก สามารถจำหน่ายได้หมดภายในเวลาอันรวดเร็ว คือ ตอนเช้า สำหรับพ่อค้าที่นำรถไปรับซื้อถึงสวนต้องไปถึงสวนในตอนเช้า กล้วยหินจากอำเภอบันนังสตา หรืออำเภอธารโต มักนำไปขายที่ตลาดเมืองยะลา แล้ว

จะมีพ่อค้ารับช่วงต่อไปจำหน่ายที่ตลาดบ้านเนียง หรือตลาดปัตตานี ภายหลัง

สรุปและข้อเสนอแนะ

กล้วยหินเป็นพืชที่มีลักษณะเด่นพิเศษในกลุ่มกล้วยด้วยกัน โดยเฉพาะเมื่อนำมาแปรรูปเป็นกล้วยต้ม หรือกล้วยทอด จะมีรสชาติแปลกและดีมากกว่าผู้บริโภคติดใจ กล้วยชนิดนี้เจริญเติบโตในสิ่งแวดล้อมจำกัด โดยเฉพาะพื้นที่ที่มีแร่ธาตุสูง ความชุ่มชื้นดี อากาศค่อนข้างเย็น และดินมีการระบายน้ำดีสมควรได้มีการศึกษาวิจัยให้เป็นวิชาการถ้าเราต้องการพัฒนากล้วยชนิดนี้ เช่น ด้านสภาพทางสรีรนิเวศน์ที่เหมาะสมนั้นจริง ๆ เป็นอย่างไร ข้อมูลอื่น ๆ ที่รวบรวมในบทความนี้ได้มาจากการสังเกต ซึ่งในการพัฒนานั้นจำเป็นต้องศึกษาเพิ่มขึ้นอีกโดยเฉพาะในเรื่องของการเก็บรักษา การขนส่ง ตลอดจนการแปรรูปชนิดอื่น เช่น กล้วยฉาบ ผู้เขียนเชื่อว่าถ้ามีการเอาใจใส่พืชนี้มากขึ้นในอนาคต อาจเป็นของดีอีกอย่างหนึ่งของจังหวัดยะลา หรือของภาคใต้ทีเดียว ●

เอกสารประกอบการเขียน
 นพรัตน์ บำรุงรักษา ๒๕๒๕. เรื่องของกล้วย. วารสารวิทยาศาสตร์ ม.อ.ปัตตานี ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑ มกราคม-มีนาคม หน้า ๓๘-๔๘.
 เสริมสุข จิตปัญญา และชุลิน วรเดช ๒๕๓๒. กล้วยหิน. รายงานการวิจัยวิชาการเกษตร ภาควิชาเทคโนโลยีและการอุตสาหกรรม คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี