

Superfoods ซุปเปอร์ฮีโร่

อาหารประเภท Superfood เป็นหนึ่งในอาหารที่ให้ประโยชน์ต่อสุขภาพและได้รับความสนใจจากผู้บริโภคอย่างมาก การวิจัยตลาดโดย Mintel ระบุว่า สินค้าอาหารและเครื่องดื่มในอีก ๑๒ เดือนข้างหน้าจะเป็นสินค้าที่มีประโยชน์และช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต่อร่างกายเป็นหลักในการเลือกซื้อ โดยมีสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-๑๙ เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภค จึงทำให้ความต้องการสินค้าประเภท Functional product ที่ช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายและช่วยผ่อนคลายสภาพจิตใจเพิ่มมากขึ้น เช่น อาหารที่มีไฟเบอร์สูง อาหารประเภทหมักดองที่ก่อให้เกิดแบคทีเรียดีที่มีคุณสมบัติทางชีวภาพประเภท Functional bioactive อาหารที่ช่วยผ่อนคลาย ลดระดับความตึงเครียดและความวิตกกังวล เช่น อาหารที่ช่วยในการนอนหลับ ลดความเครียด และช่วยเสริมสร้างสมาธิ ดังนั้น ผู้ผลิตอาหารและเครื่องดื่มจึงคิดค้นและพัฒนาสินค้าโดยเริ่มนำพืชหรือสมุนไพรที่มีสรรพคุณที่ตอบสนองความต้องการข้างต้นมาเป็นส่วนผสมในอาหารและเครื่องดื่มมากขึ้น โดยแบ่งส่วนผสมออกเป็นกลุ่มได้ ๓ ประเภท คือ

- ๑) กลุ่มสมุนไพรประเภท Adaptogens ที่ช่วยควบคุมการทำงานของร่างกาย ช่วยฟื้นฟูความสมดุลและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายและระบบประสาท เช่น ไบโทธระพา พืชประเภทโสม เช่น โสมอินเดีย (Ashwagandah) มะค่า (Maca) และโสมอื่นๆ
- ๒) กลุ่มสมุนไพรประเภท Nervines ที่มีฤทธิ์ต่อระบบประสาทสำหรับช่วยผ่อนคลาย ลดระดับความตึงเครียดและความวิตกกังวล โดยพืชที่นิยมนำมาเป็นส่วนผสมในอาหารและเครื่องดื่มมากที่สุดคือ Lemon balm, Valerian และ Lavender
- ๓) กลุ่ม Nootropic ที่ช่วยพัฒนาด้านการรับรู้และจดจำ (Cognitive function) โดยปกติส่วนผสมของ Nootropic ที่พบมากในสินค้าเครื่องดื่ม คือ คาเฟอีนเพื่อช่วยสร้างความตื่นตัว สาร L-theanine เพื่อช่วยผ่อนคลายและสาร Creatine เพื่อช่วยเสริมสร้างระบบการทำงานของเซลล์สมอง

นอกจากนี้ ผลิตภัณฑ์อาหารบรรจุหีบห่อ (Packaged food) ที่อุดมไปด้วยสารวิตามินสูง และผลิตภัณฑ์ที่มีสารต้านอนุมูลอิสระที่สามารถช่วยป้องกันโรคบางชนิดได้จะเป็นที่นิยมเช่นกัน เช่น สินค้าที่มีส่วนผสมของผลไม้ประเภท Noni (Morinda citrifolia) หรือลูกยอ ที่ประกอบด้วย สาร Phytochemicals ที่ออกฤทธิ์ทางชีวภาพ สารต้านอนุมูลอิสระ กรดอะมิโนและแร่ธาตุต่างๆ ที่ช่วยกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน ผ่อนคลายและบรรเทาอาการอักเสบของร่างกาย

รวมถึง ผู้บริโภคออสเตรเลียยังให้ความสนใจอาหารพื้นเมืองที่ผลิตจากพืชพฤกษศาสตร์ในท้องถิ่นเพิ่มขึ้นด้วย เนื่องจากความโดดเด่นของรสชาติและคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น อาหารเพื่อสุขภาพและอาหารเสริมที่ผลิตจาก Kakadu plum, Davidson plum และ Bush tomato ผลิตเป็นแยม Peppermint Gum ทำเป็น Syrups เป็นต้น

นโยบายภาครัฐ เศรษฐกิจการลงทุน แนวโน้มการตลาด รายงานสินค้าและบริการ อื่นๆ



Source: www.eleninneshighlands.shop/www.wholesomemarket.com.au/ www.circleharvest.com.au/

อาหาร Superfood ที่น่าสนใจและกำลังทำตลาดในออสเตรเลีย คือ

- 1) **Microgreen** พืชที่งอกจากเมล็ดและยังไม่เติบโตเต็มที่ มีขนาดเล็กแต่อุดมไปด้วย โฟเลต โพรแทสเซียม ธาตุเหล็ก แคลเซียม และวิตามิน E, C และ B
- 2) **สาหร่าย Kelp** มีโปรตีนเทียบเท่าเนื้อสัตว์ มีไฟเบอร์สูงและเป็นแหล่งไอโอดีน ใช้ปรุงรสอาหาร
- 3) **Skyr yoghurt** มีแคลเซียมสูง โพรแทสเซียมและสังกะสี ใช้ผสมในซีเรียลอาหารเช้าหรือ Smoothie
- 4) **กระเทียมดำ** (อุดมไปด้วยกรดอะมิโนและสารต้านอนุมูลอิสระ) ที่นำมาเป็นส่วนผสมในรูปของเกลือและแบบผงสำหรับปรุงอาหาร
- 5) **เนยกี (Ghee)** จัดอยู่ในอาหารเพื่อสุขภาพ Lactose free อุดมไปด้วยกรดไขมัน Omega-3 และกรดไขมันดีที่ช่วยสนับสนุนระบบการทำงานของหัวใจและหลอดเลือดไม่ก่อให้เกิดควันได้ง่ายเมื่อนำมาปรุงอาหาร
- 6) **Camu Camu** ผลไม้ขนาดเล็กคล้ายเชอร์รี่ที่อุดมไปด้วยวิตามินซีสูงและสารต้านอนุมูลอิสระ ถูกนำมาเป็นส่วนผสมของเครื่องดื่มกาแฟ Collagen coffee เพื่อสุขภาพเล็บ ผม ผิวและลดริ้วรอย
- 7) **Monk fruit** ผลไม้ปราศจากแคลอรีและมีความหวานมากกว่าน้ำตาล 100-250 เท่า ได้รับความนิยมในฐานะสารให้ความหวานแทนน้ำตาลที่มีสรรพคุณบรรเทาอาการอักเสบของร่างกายและช่วยรักษาระดับน้ำตาลในเลือดให้คงที่
- 8) **Turmeric** ขมิ้นในรูปแบบของชาที่มีสารต้านอนุมูลอิสระและช่วยลดอาการอักเสบ
- 9) **Camel milk** นมอูฐ เป็นนมที่เหมาะสำหรับผู้แพ้นมวัว ลดระดับน้ำตาลในเลือดและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันถูกนำเสนอในรูปแบบของนมสดสำหรับดื่ม นมผงและผลิตภัณฑ์บำรุงและดูแลผิว
- 10) **Crickets** แป้งจิ้งหรีดในรูปแบบของ Corn chips มีวิตามิน B12 สูง ช่วยควบคุมอารมณ์และช่วยป้องกันการเสื่อมของเซลล์ประสาท
- 11) **Hemp** เมล็ด Hemp มีโปรตีน ไฟเบอร์และไขมันดี (Omega-3 และ 6) วิตามิน E แมกนีเซียม โพรแทสเซียม เหล็กและวิตามิน B สูง ช่วยลดอาการอักเสบและส่งเสริมประสิทธิภาพการทำงานของหัวใจ น้ำมันจากเมล็ด Hemp ช่วยลดปัญหาโรคผิวหนังอักเสบ ใช้ปรุงในสลัด ใส่ใน Smoothie, Cereal และ Yogurt

Source: www.foodanddrinkbusiness.com.au/www.houseofwellness.com.au/www.austrade.gov.au

นโยบายภาครัฐ เศรษฐกิจการลงทุน แนวโน้มการตลาด รายงานสินค้าและบริการ อื่นๆ

Call Center 1169
www.ditp.go.th
www.thaitrade.com

กรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ
563 ถนนนันทบุรี ตำบลบางกระสอ อำเภอเมือง
จังหวัดนนทบุรี 11000

Thai Trade Center
Level 21, 56 Pitt Street,
Sydney, NSW 2000

Phone: +66 2 9241 1075
Fax: +66 2 9251 5981
e-Mail: thaitradesydney@gmail.com