

১৭ থেকে ২৩ জানুয়ারি পর্যন্ত প্রযোজ্য আগাম আবহাওয়া বার্তা ও কৃষি উপদেষ্টা: আগামী ১৮, ১৯ ও ২০ তারিখে হালকা বৃষ্টির সম্ভাবনা আছে। সর্বোচ্চ তাপমাত্রা ২২ থেকে ২৪.৪ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেড থাকতে পারে। সর্বনিম্ন তাপমাত্রা ১৪ থেকে ১৫.৫ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেড থাকতে পারে। আগামী পাঁচ দিন আকাশ আংশিক মেঘাচ্ছন্ন থাকার সম্ভাবনা। সকালের আপেক্ষিক আর্দ্রতা ৬২ থেকে ৮৫ শতাংশ এবং বিকালের আপেক্ষিক আর্দ্রতা ৪৫ থেকে ৫৫ শতাংশ থাকতে পারে। বাতাস ৭ থেকে ১২ কিলোমিটার প্রতি ঘণ্টায় উত্তর-পশ্চিম দিক থেকে বইতে পারে।

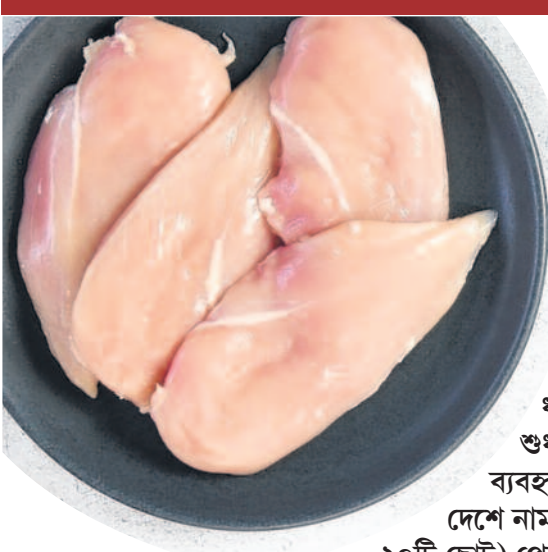
সংবাদ প্রতিদিন | বুধবার ১৭ জানুয়ারি ২০২৪

চাষাবাস

ডাকবাংল

চিঠি পাঠান: **চাষাবাস**
২০, প্রফুল্ল সরকার স্ট্রিট,
কলকাতা-৭২

নাম ও ঠিকানার সঙ্গে ই-মেল
chashbas@sangbadpratidin.in



সমগ্র পোল্ট্রি ইন্ডাস্ট্রির মধ্যে ৭৫% খামারিই ব্রিডিং, খাবার, হ্যাচারি এবং ব্রয়লার পালনের উপর কাজ করে। মাত্র ২৫% অংশই পোল্ট্রি মাংস সংরক্ষণের উপর নিযুক্ত আছে এবং জীবিকা ধারণ করে। পোল্ট্রি মাংসের শুধুমাত্র ১১% সংরক্ষণের জন্য ব্যবহৃত হয়। যার মধ্যে সারা দেশে নামমাত্র কিছু (২১টি বড় এবং ২০টি ছোট) পোল্ট্রি মাংস সংরক্ষণ প্ল্যান্ট আছে। অর্থাৎ প্রায় ৯০% পোল্ট্রি মাংসই খোলাবাজারে কাঁচা মাংস হিসাবে ক্রয়বিক্রয় হয়ে থাকে। এর ফলে পোল্ট্রির উপজাত দ্রব্যের অভাব দেখা দিচ্ছে। লিখেছেন বিধানচন্দ্র কৃষি বিশ্ববিদ্যালয়ের পশু বিজ্ঞান বিভাগের গবেষক **সুমনকুমার সূত্রধর ও ড. পার্থসারথি চক্রবর্তী**।

মাংস, ডিম সংরক্ষণের সুফল

কাঁচা মাংসের চাহিদার জন্য জীবিত পাখিকে এক জায়গা থেকে অন্য জায়গায় নিয়ে যেতে হয়। যা খুবই ঝুঁকিপূর্ণ। কারণ জীবিত পাখি পরিবহনের সময় আঘাত লাগার জন্য এবং আবহাওয়ার পরিবর্তনের সাথে সাথে বিভিন্ন রোগের আক্রমণের ফলে বেশ কিছু ক্ষতির সম্মুখীন হতে হয়। এছাড়া রেস্টোরি, হোটেল, অনুষ্ঠান বাড়ি প্রভৃতি স্থানে প্রয়োজনের থেকে বেশি মাংসের আমদানি থাকলে পরে সেই বেড়ে যাওয়া মাংস ঠিকমতো ব্যবহার হয় না। ফলে নষ্ট হয়ে যায়। এইসব নানা সমস্যা এড়াতে পোল্ট্রি মাংস সংরক্ষণ করা খুবই জরুরি। বিদেশে পোল্ট্রি মাংস সংরক্ষণ একটি প্রয়োজনীয় এবং লাভজনক জীবিকা হিসাবে বহুদিন থেকেই চলে আসছে।

মাংস প্রক্রিয়াকরণ

বাজারে কাঁচা মাংস বিক্রির প্রবণতা আমাদের দেশে সবথেকে বেশি। কারণ টাটকা মাংসের স্বাদ এবং উপকারিতা দুইই বেশি। পশ্চিমবঙ্গে মফস্বলে বাড়ির কাছাকাছি কাঁচা মাংসের দোকান পর্যাণ্ড পরিমাণে থাকার কারণে, বেশিরভাগ মানুষই কাঁচা মাংস কিনে এনে রাখা করেন। কিন্তু অন্য রাজ্যে এবং বড় শহরে সব জায়গায় কাঁচা মাংসের দোকানের অভাব এবং প্রতিদিন মাংস কিনতে যাওয়ারও কিছু অসুবিধা রয়েছে। এইসব অসুবিধা এড়াতে মাংস প্রক্রিয়াকরণ করা খুবই জরুরি। ঘর, রেস্টোরি, হোটেল বা অনুষ্ঠান বাড়িতে দৈনন্দিন মাংস রাখার কিছু প্রক্রিয়া নিচে আলোচনা করা হল।

কাটা মাংস প্রস্তুত করা সমগ্র অংশ অথবা শরীরের কিছু অংশ কাঁচা অবস্থায় প্যাকেট করে খোলা বাজারে বিক্রি করা হয়। এটি বহুল প্রচলিত এবং খুব সাধারণ পদ্ধতি। এই পদ্ধতিতে মাংস খুব বেশি সময় রাখা যায় না। তাড়াতাড়ি রাখা করে নিতে হয়।

- পালক ছাড়ানো গোটা মুরগি:** পালক ছাড়ানোর পর না কেটে গোটা মুরগী বিক্রি হয়। এই মাংস বেশিরভাগ সময় বাড়িতে বা রেস্টোরাই নিয়ে গিয়ে কাটা হয় অথবা বিশেষ বিশেষ খাবার প্রস্তুতের জন্য ব্যবহার করা হয়। যেমন রোস্টেড চিকেন, তন্দুর চিকেন প্রভৃতি।
- অর্ধেক কাটা মুরগি:** মুরগির মেরুদণ্ড বরাবর কেটে মুরগিকে দুটি ভাগে ভাগ করা হয়।
- ফ্রন্ট কোয়ার্টার:** পাঁজরা থেকে সামনের দিকের অংশ।
- হিন্ড কোয়ার্টার:** পাঁজরা থেকে পিছনের দিকের অংশ।
- ডানা:** কেবলমাত্র ডানা গুলি অর্থাৎ কাঁধের থেকে সমগ্র ডানা আলাদা করা হয়।
- উইং ড্রামেট:** ডানার প্রক্রিয়ামাল অংশ কনুয়ের সন্ধি থেকে ডানার যেখানে পালক থাকে তার আগের অংশ।
- উইংলেট:** কাঁধের সন্ধি থেকে কনুয়ের সন্ধি পর্যন্ত অংশ।
- লেগ:** পায়ের নিতম্ব অংশটি বোঝায়। ড্রামস্টিক এবং পেলভিক অংশ মুক্ত থাকে।

৯) উরু: পায়ের প্রক্রিয়ামাল অংশ।

- ১০) ড্রামস্টিক: উরু থেকে হাঁটুর সন্ধি পর্যন্ত অংশ।
- ১১) ব্রেস্ট: কাঁধের ১২ নম্বর হাড় থেকে মেরুদণ্ডের পাঁজরার সংযোগ স্থল পর্যন্ত অংশ।
- ১২) পিটের অংশ: পাঁজরা সমেত সমগ্র পিটের অংশটি।
- ১৩) মাড: মাথার কেটে দেওয়া অংশ থেকে কাঁধের আগে পর্যন্ত অংশ।
- ১৪) গিললেট: যকৃৎ, হৃৎপিণ্ড এবং গিজার্ড কাটা মাংসের বিভিন্ন অংশের



লবণ মাখিয়ে রাখা: কাঁচা মাংস কয়েক ঘণ্টা তাজা রাখার জন্য খাবার লবণ বা সোডিয়াম ক্লোরাইড (NaCl), সোডিয়াম নাইট্রেট (NaNO₃) এবং চিনি মাখিয়ে দেওয়া হয়। আটার বানিয়ে সংরক্ষণ: মাংসকে কিছুদিন রাখার অন্য উপায় হল ডালভাবে ভিনিগার বা অ্যাসেটিক অ্যাসিড (CH₃COOH), সাইট্রিক অ্যাসিড (C₂H₂O₂), ল্যাক্টিক অ্যাসিড (C₂H₂O₃) এবং হলুদ, দারুচিনি, লবঙ্গ, অরিগ্যানো, সরষের তেল প্রভৃতি কিছু মশলা মাখিয়ে রাখা। ভিনিগার এবং অ্যাসিড মাংসে ব্যাকটেরিয়া এবং প্যারাসাইট আক্রমণ রুক্ষে দেয় এবং মশলা মাংসের স্বাদ বজায় রাখে।

ফ্রিজে রাখা (Freezing): কাটা মাংস যদি যদি যাব বা রেস্টোরাতে কিছু দিন রাখতে হয় তাহলে মাংসকে ডালভাবে পরিষ্কার করে প্লাস্টিকের প্যাকেটে করে ডিপ ফ্রিজে রাখলে বেশ কিছুদিন ভাল থাকে। তবে এই ক্ষেত্রে সপ্তাহ হতে ফ্রিজের তাপমাত্রা (-)১০° থেকে (-)৩০° সেন্টিগ্রেডের মধ্যে রাখতে হবে। উষ্ণতায় সংরক্ষণ: সমস্ত রকমের জীবিত মাইক্রো-অরগানিজম গুলি উচ্চ তাপে নষ্ট করে দেওয়া হয়। এই পদ্ধতিতে দুই ভাবে ব্যবহার করা হয়:

- (১) উচ্চ উষ্ণতা কম সময় (High temperature short time or HTST): এই পদ্ধতিতে মাংসকে ৭২ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেডে ১৫ সেকেন্ড ধরে হিট দেওয়া হয়। এই পদ্ধতিতে মাংসের গন্ধ এবং পুষ্টিগুণ অপরিবর্তিত থাকে।
 - (২) কম তাপ বেশি সময় (Low temperature for long time or LTLT): এই ক্ষেত্রে ৬৩ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেড তাপে ৩০ মিনিট ধরে মাংসকে তাপ দেওয়া হয়।
- ধূমায়িত মাংস (Smoking):** মাংসকে ধূমায়িত করার আগে কিছুক্ষণ লবণ জলে ডুবিয়ে রাখতে হয়। তারপর লবণ জল থেকে তুলে জল বারিয়ে শুকিয়ে নিতে হবে। এরপর কাঠের আগুনে ভাল ভাবে ধূমায়িত করতে হবে। এই পদ্ধতিতে মাংসে ঝাঁঝের গন্ধ ছাড়ে। এই পদ্ধতিতে মাংস দীর্ঘদিন ভাল থাকে। এই পদ্ধতিতে মাংসকে প্রায় ৩০০ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেডে দীর্ঘ সময় ধরে ধূমায়িত করা হয়। এই পদ্ধতিতে মাংসে অনেক জৈব যৌগ যেমন অ্যালডিহাইড, কিটোন, ফেনল প্রভৃতি তৈরি হয়। অ্যালডিহাইড এবং ফেনল রজন গঠন করে এবং ব্যাকটেরিয়া গঠনে বাধার সৃষ্টি করে।

পেয়ারায় পোয়াবারো

প্রয়োজনীয় আবহাওয়া

পেয়ারা ক্রান্তীয় এবং উপ ক্রান্তীয় জলবায়ু অঞ্চলে সারা বছর চাষ হয়ে থাকে। শীতকালে রাতে তাপমাত্রা ১০-১২ ডিগ্রি সেন্টিগ্রেড হলে ভাল মানের পেয়ারা পাওয়া যায়। এটি উচ্চ তাপমাত্রা এবং খরা সহ্য করতে পারে। কিন্তু তুষারপাত সহ্য করতে পারে না। এর বৃদ্ধির জন্য বার্ষিক ১০০ সেন্টিমিটারের প্রয়োজন। এর ধরার সময় বৃষ্টি হলে ফলের উৎপাদন এবং গুণমান বাহত হয়।

প্রয়োজনীয় মাটি

পেয়ারা ভারী কাদা মাটি ছাড়া সব ধরনের মাটিতে চাষ করা যায়। এটা হালকা বেলে দোআঁশ থেকে কাদা দোআঁশ মাটিতে চাষ ভাল হয়। অগভীর জমি, দীর্ঘ দিন ধরে জমে থাকা জল পেয়ারা চাষের পক্ষে ক্ষতি করে। মাটির পিএইচ ৬.৫ থেকে ৭.৫ হলে সর্বাপেক্ষা ভাল।

বংশবিস্তার

বিভিন্ন প্রকারের কলম করে ডাল জাতের গাছের বংশবিস্তার করা হয়ে থাকে। যেমন গুটি কলম, জোড় কলম, চোখ কলম ইত্যাদি। এর মধ্যে গুটি কলম পদ্ধতিটি সহজ এবং বহুল প্রচলিত। সাধারণত ১ বছরের চারা রোপনের জন্য ব্যবহৃত হয়।

গুটি কলম

কলম করার জন্য দেড়-দুই বছর বয়সী গাছের ডাল নির্বাচন করতে হবে। এর বেশি বয়সী গাছের পেনসিলের মতো মোটা ডালেও গুটি কলম করা যায়। গুটি কলম করার জন্য প্রথমেই মাটির পেস্ট তৈরি করতে হবে। জৈব সারমিশ্রিত ও ভাগ এঁটেল মাটি ও ১ ভাগ পচা গোবর বা পচা পাতা একত্রে জল দিয়ে ভালভাবে মিশিয়ে নিতে হবে। প্রথমে মাতৃগাছে পেনসিলের মতো মোটা গুটি ডাল বেছে নিতে হবে। মাতৃগাছের নির্বাচিত ডালের আণা থেকে ৪০-৫০ সেন্টিমিটার লম্বা একটি গিটের নিচে কলমটি করতে হবে। ডালের মধ্যে একটি গিটের নিচে তিন-চার সেন্টিমিটার মাশে ডালের ছাল ধারালো ছুর দিয়ে গোল করে কাটতে হবে। বাকল ওঠানোর পর কাঠে লেগে থাকা সবুজ রঙের আবরণটি ছুরির উল্টো দিক দিয়ে ঠেছে নিতে হবে। মাটির পেস্টটি ডালের কাটা অংশে দিয়ে ডালভাবে ঢেকে দিতে হবে। যেন বাকল তোলা পুরো জায়গায় ঠিকমতো মাটির পেস্টটি বসে। এর ৬-৮ সপ্তাহ পরে ওখানে প্রচুর পরিমাণে শিকড় বড় হয়। ওই অংশ পরে কেটে নিতে হবে ও পলিথিন শিট খুলে ছায়াতে রাখতে হবে। এরপর বর্ষাকালে জমিতে লাগানো হয়ে থাকে।

চারা লাগানোর সময় গ্রীষ্মকালে বা বর্ষার শুরুতে।

চারা বসানোর দূরত্ব

১৮ ফুট X ১৮ ফুট; ১৫ ফুট X ১৫ ফুট; ১২ ফুট X ১২ ফুট।

বসানোর পদ্ধতি

প্রতিটা গর্তে ১০-১৫ কেজি ডালভাবে পচানো গোবর সার, নাইট্রোজেন, সিলিকে সুপার ফসফেট ও মিউরেট অফ পটাশ @ ৫০ গ্রাম করে দিতে হবে। বর্ষার আগে প্রতিটি গর্তের মাটির সঙ্গে সার মিশিয়ে চারা রোপণ করতে হবে।

চারা বসানোর গভীরতা

২ ফুট চওড়া, ২ ফুট গভীর ও ২ ফুট লম্বা গর্তে চারা বসাতে হবে।

প্রস্তাবিতজাত	
জাতের নাম	চারিত্রিক বৈশিষ্ট্য
লখনউ-৪৯	বড় ফল, মৃদাত গোলাকার, শাঁস সাদা রঙের, খুবই সুস্বাদু। টিএসএস ও ভিটামিন সি সমৃদ্ধ।
এলাহাবাদ সফেনা	এলাহাবাদের প্রসিদ্ধ ক্ষরা সহনশীল জাত, বড় ফল, মূলত গোলাকার খোসা মসৃণ ও হলদে সাদা বর্ণের শাঁস খুবই সুস্বাদু। টিএসএস ও ভিটামিন সি সমৃদ্ধ।
চিত্তিদার	খোসা মসৃণ, হলদে সাদা রঙের ও অসংখ্য লাল দাগ যুক্ত। শাঁস সাদা রঙের, সুস্বাদু। টিএসএস ও ভিটামিন সি কম পরিমাণে থাকে।
হারিজা বারুইপুর	খোসা মসৃণ, লাল রঙের ও সুস্বাদু। ফল বড় আকারের ও ডিম্বাকৃতি। গোলাকার, খোসা নরম, হালকা সবুজ, শাঁস সামান্য অম্ল। টিএসএস কম ও ভিটামিন সি অধিক পরিমাণে পাওয়া যায়।
দুদে খাজা গোলে খাজা	গোলাকার, শাঁস হলদে সাদা রঙের, সুস্বাদু, খোসা হালকা সবজে। গোলাকার, শাঁস হলদে সাদা রঙের, সুস্বাদু, খোসা হালকা সবজে।



পেয়ারা

পশ্চিমবঙ্গের

তথা সমগ্র

ভারতের একটি

গুরুত্বপূর্ণ ফল। একে ‘গরিবের

আপেল’ বলা হয়ে থাকে। এটা ক্যালসিয়াম এবং ফসফরাস সমৃদ্ধ,

এবং এতে বিপুল পরিমাণে স্ফার্ভি-রোগ প্রতিরোধী ভিটামিন-সি বর্তমান। পেয়ারাতে প্রচুর পরিমাণে পেকটিন থাকায় এটি জ্যাম, জেলি তৈরিতে অধিতীয়। পেয়ারা চাষ বেশ লাভজনক।

বিধাপ্রতি ৩০ হাজার টাকা পর্যন্ত আয়ের সুযোগ রয়েছে এই ফল

চাষে। লিখেছেন বিধান চন্দ্র কৃষি বিশ্ব বিদ্যালয়ের গবেষক ছাত্র

তন্ময় মণ্ডল ও ওসমান আলি।

জমি তৈরি

সাধারণত গ্রীষ্মকালে জমি তৈরি করা হয়। জমি গভীর ভাবে চাষ দিয়ে, মই দিয়ে সমতল করে আণাছা মুক্ত করতে হবে। চারা রোপণের পূর্বে ১৮ ফুট দূরত্বে ২X ২ X ২ ঘন ফুট গর্ত তৈরি করতে হবে।

শাখা বিন্যাস ও শাখা ছাটাই

শাখা বিন্যাস গাছের নতুন পর্যায়ের করা হয়। পুরাতন ডাল পাল্লা, রোগ পোকা আক্রান্ত শাখা এবং অতিরিক্ত ডালপালা কেটে দিতে হবে।

আচ্ছাদন করা

শুকনো পাতা বা খড় দিয়ে মাটি আচ্ছাদন দেওয়া হয়। এছাড়াও কালো পলিথিন শিট বা জৈব পদার্থ দিয়ে করা হয়। এটি মাটির আর্দ্রতা সংরক্ষণ করে এবং ফলের গুণগত মান উন্নত করে।

বুদ্ধি নিয়ন্ত্রণ

শীতকালীন ফসলের ডাল মানের জন্য ডাল দাম পাওয়া যায়। সুতরাং চাষি ডাল দাম পাওয়ার জন্য বর্ষার সময় ফুল বারিয়ে দেয়। বসন্তে গাছে পূর্ণ ধরার জন্য ম্যালিক হাইড্রাজাইড বুদ্ধি নিয়ন্ত্রক প্রয়োগ করতে হবে পরিপিত পেয়ারা গাছে (৫-৬ বছর) রাসায়নিক সারের পরিমাণ, নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ২৬০:৩২:০২০৬ গ্রাম/বছর/গাছ। গর্ত তৈরির সময় খামার সার



১০-১৫ কেজি + নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ৫০ : ৫০ : ৫০ গ্রাম।

দ্বিতীয় বছর নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ১০০ : ১০০ : ১০০ গ্রাম। তৃতীয় বছর নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ১৫০ : ২০০ : ১৫০ গ্রাম। চতুর্থ বছর নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ২০০ : ৩০০ : ২০০ গ্রাম।

পঞ্চম বছর নাইট্রোজেন : ফসফরাস : পটাশ @ ২৬০ : ৩২০ : ২৬০ গ্রাম,

জ্যন্ডও একটু কাটা অবস্থাতেই পেড়ে চালান দেওয়া ভাল। এ রাজ্যে একটি ৩-৪ বৎসরের পেয়ারা গাছে

সার গাছের চারিদিকে প্রয়োগ করা হয়। সার প্রয়োগের পর জল সেচ জরুরি। উদ্ভাবনী পদ্ধতির অনুশীলন ডাল নোয়ান পদ্ধতি: এই বিশেষ পদ্ধতিতে গাছের শাখা প্রশাখাগুলিকে বাঁকিয়ে মাটির কাছাকাছি নিয়ে আসা হয়। তারপর ডালটিকে সুতলির সাহায্যে গাছের কাণ্ডের সঙ্গে বেঁধে দেওয়া হয়। গাছের সবকটি ডালকে এইভাবে টেনে বেঁধে দেওয়ার পরে ঠিক ছাতার মতো দেখতে লাগে। গাছের বয়স ১.৫ থেকে ২ বছর হলেই এই পদ্ধতি শুরু করা যাবে এবং আরও ৫-৬ বছর এই পদ্ধতি প্রয়োগ করা হয়ে থাকে।

সাধারণত বছরে দুইবার এই পদ্ধতিতে পেয়ারার ফুল ও ফল নিয়ন্ত্রণ করা যেতে পারে। গ্রীষ্মকালে প্রয়োগ করতে হবে পরিপিত পেয়ারা গাছে অর্থাৎ এপ্রিল-জুন মাস পর্যন্ত একমাস ডাল টানা বা বঁকানো হয়। আবার হেমন্তকালে অর্থাৎ ফসফরাস : পটাশ @ ২৬০:৩২:০২০৬ গ্রাম/বছর/গাছ। গর্ত তৈরির সময় খামার সার

বিজ্ঞানভিত্তিক পরিচর্যা করতে পারলে ৪০-৫০ কেজি ফলন পাওয়া যেতে পারে। অবশ্য এই ফলন বিভিন্ন জাতের ক্ষেত্রে ভিন্ন ভিন্ন হয়ে থাকে।

ফসল কাটার পরবর্তী ব্যবস্থাপনা

বাছাই করা: পেয়ারা মূলত আকার, ওজন ও রঙের উপর নির্ভর করে বাছাই করা হয়।

প্যাকেজিং

ফল সাধারণত সহজলভ্য স্থানীয় বাজি়তে করে প্যাকেজিং করা হয়। কিন্তু দূরবর্তী বাজারের জন্য, কাঠের বা ফাইবারের বাস্কে সঙ্গে ধানের খড়, শুকনো ঘাস বা কাগজ ব্যবহার করা হয়। প্যাকেজিং বাস্কে ডাল বায়ু চলাচল ব্যবস্থা বজায় রাখতে হবে। পেয়ারা একটি সুস্বাদু ফল তাই ফল তোলা এবং পরিবহনের সময় সতর্কতা অবলম্বন করা প্রয়োজন।

সংরক্ষণ ফল তোলার পর বাজারজাত করা উচিত বা বাজারের চাহিদা অনুযায়ী কয়েকদিনের জন্য সংরক্ষণ করা যায় যেতে পারে। দূরবর্তী বাজারে পাঠানোর জন্য সঠিক ভাবে সংরক্ষণ প্রয়োজন হয়। এইভাবে সব শাখা প্রশাখাগুলিকে তৈরি করে নেওয়া হয়। গ্রীষ্মকালে ডাল বঁকানোর ১০-১২ দিন পর নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। নতুন ডাল ১ সেমি মতো হলে বানধ শুরু দেওয়া হয়। আবার, হেমন্তকালে ডাল বঁকানো হলে ডাল টানার ২০-২৫ দিন পরে নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। সাধারণত ডাল টানার /নোয়ানের ৪৫-৬০ দিন পরে ফল ধরতে শুরু করে। এটা লক্ষ্য করা গেছে যে ডাল বঁকানো বা টানার পর যদি বৃষ্টি আসে বা আর্দ্র আবহাওয়ায় ৩-৪ দিন থাকে তাহলে নতুন ডালই অস্বাভাবিক বৃদ্ধি ঘটে যার ফলে ফুলহীন অল্প বৃদ্ধি ঘটে। আরও দেখা গেছে যে নতুন ডালে দ্বিতীয়, তৃতীয় বা চতুর্থ জোড়া পাতার কোলে ফুল আসে। নতুন ডালে ফুল আসার আগে চারা জোড়া পাতার বেশি হলে আর ফুল আসে না অর্থাৎ, ডাল বঁকানোর ৪-৬ সপ্তাহ অবধি বৃষ্টি বা অতি আর্দ্র আবহাওয়া ক্ষতিকারক। এইভাবে এপ্রিল থেকে জুন মাসের

বাজারের চাহিদা অনুযায়ী কয়েকদিনের জন্য সংরক্ষণ করা যায় যেতে পারে। দূরবর্তী বাজারে পাঠানোর জন্য সঠিক ভাবে সংরক্ষণ প্রয়োজন হয়। এইভাবে সব শাখা প্রশাখাগুলিকে তৈরি করে নেওয়া হয়। গ্রীষ্মকালে ডাল বঁকানোর ১০-১২ দিন পর নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। নতুন ডাল ১ সেমি মতো হলে বানধ শুরু দেওয়া হয়। আবার, হেমন্তকালে ডাল বঁকানো হলে ডাল টানার ২০-২৫ দিন পরে নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। সাধারণত ডাল টানার /নোয়ানের ৪৫-৬০ দিন পরে ফল ধরতে শুরু করে। এটা লক্ষ্য করা গেছে যে ডাল বঁকানো বা টানার পর যদি বৃষ্টি আসে বা আর্দ্র আবহাওয়ায় ৩-৪ দিন থাকে তাহলে নতুন ডালে অস্বাভাবিক বৃদ্ধি ঘটে যার ফলে ফুলহীন অল্প বৃদ্ধি ঘটে। আরও দেখা গেছে যে নতুন ডালে দ্বিতীয়, তৃতীয় বা চতুর্থ জোড়া পাতার কোলে ফুল আসে। নতুন ডালে ফুল আসার আগে চারা জোড়া পাতার বেশি হলে আর ফুল আসে না অর্থাৎ, ডাল বঁকানোর ৪-৬ সপ্তাহ অবধি বৃষ্টি বা অতি আর্দ্র আবহাওয়া ক্ষতিকারক। এইভাবে এপ্রিল থেকে জুন মাসের

বাজারের চাহিদা অনুযায়ী কয়েকদিনের জন্য সংরক্ষণ করা যায় যেতে পারে। দূরবর্তী বাজারে পাঠানোর জন্য সঠিক ভাবে সংরক্ষণ প্রয়োজন হয়। এইভাবে সব শাখা প্রশাখাগুলিকে তৈরি করে নেওয়া হয়। গ্রীষ্মকালে ডাল বঁকানোর ১০-১২ দিন পর নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। নতুন ডাল ১ সেমি মতো হলে বানধ শুরু দেওয়া হয়। আবার, হেমন্তকালে ডাল বঁকানো হলে ডাল টানার ২০-২৫ দিন পরে নতুন ডাল বেহেতে শুরু করে। সাধারণত ডাল টানার /নোয়ানের ৪৫-৬০ দিন পরে ফল ধরতে শুরু করে। এটা লক্ষ্য করা গেছে যে ডাল বঁকানো বা টানার পর যদি বৃষ্টি আসে বা আর্দ্র আবহাওয়ায় ৩-৪ দিন থাকে তাহলে নতুন ডালে অস্বাভাবিক বৃদ্ধি ঘটে যার ফলে ফুলহীন অল্প বৃদ্ধি ঘটে। আরও দেখা গেছে যে নতুন ডালে দ্বিতীয়, তৃতীয় বা চতুর্থ জোড়া পাতার কোলে ফুল আসে। নতুন ডালে ফুল আসার আগে চারা জোড়া পাতার বেশি হলে আর ফুল আসে না অর্থাৎ, ডাল বঁকানোর ৪-৬ সপ্তাহ অবধি বৃষ্টি বা অতি আর্দ্র আবহাওয়া ক্ষতিকারক। এইভাবে এপ্রিল থেকে জুন মাসের

সুপারফুড মিলেট

মিলেট বাঙালির দৈনন্দিন জীবনে গভীর ভাবে গেঁথে আছে।

জীবিকা নির্বাহের জন্য অন্যতম অপরিহার্য ফসল হিসাবে এটি পরিচিত। লিখেছেন বিধান চন্দ্র কৃষি বিশ্ববিদ্যালয়ের শস্য বিজ্ঞান বিভাগের গবেষক **সুমিত্রা মঈ** এবং অধ্যাপক **বিকাশচন্দ্র পাত্র**।

বিভিন্ন রকমের মিলেটের পরিচিতি

ফিম্কার মিলেট

ফিম্কার মিলেট, যা রাগি নামেও পরিচিত, পুষ্টির একটি পাওয়ার হাউস। এটি ক্যালসিয়াম, আয়রন এবং ডায়েটারি ফাইবার সমৃদ্ধ। ফিম্কার মিলেট গ্রোটিনের একটি চমৎকার উৎস, এটিতে প্রয়োজনীয় আমিনেসে অ্যাসিডও রয়েছে, যেমন মেথিওনিন এবং লিউসিন, যা শরীরের বৃদ্ধি এবং বিকাশের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। ফিম্কার মিলেট খাওয়ার ফলে অনেক স্বাস্থ্য উপকারিতা পাওয়া যায়। এটি রক্তে শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণ করে ডায়েবেটিস নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে। সুস্থ হাড়ের ঘনত্ব বজায় রাখতে



এবং অসিওপারোসিসের মতো অবস্থা প্রতিরোধের জন্যও ফিম্কার মিলেট উপকারী। উপরন্তু, এটি ওজন নিয়ন্ত্রণে সহায়তা করে এবং একটি স্বাস্থ্যকর পাতনতন্ত্রকে উন্নীত করে।

ফক্সটেল মিলেট

ফক্সটেল মিলেট হল একটি গ্লুটেন-মুক্ত শস্য যা অ্যান্টিঅক্সিডেন্ট, ভিটামিন এবং খনিজ সমৃদ্ধ। এটি কার্বোহাইড্রেটের একটি চমৎকার উৎস। ফক্সটেল মিলেটে চর্বিও কম এবং এর গ্লাইসেমিক সূচক কম, এটি ডায়েবেটিস রোগীদের জন্য উপযুক্ত। ফক্সটেল মিলেট সেবনে বেশ কিছু স্বাস্থ্য উপকারিতা পাওয়া যায়। এটি রক্তে শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণে এবং কার্ডিওভাসকুলার রোগের ঝুঁকি কমাতে সাহায্য করে। ফক্সটেল মিলেট স্বাস্থ্যকর হজম, রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা শক্তিশালী করতে এবং হৃদকের স্বাস্থ্যের উন্নতির জন্যও পরিচিত।

সর্গাম মিলেট

এটি জোয়ার নামেও পরিচিত, একটি আঠা-মুক্ত শস্য যা ফাইবার, প্রোটিন এবং প্রয়োজনীয় খনিজ যেমন আয়রন এবং ফসফরাস সমৃদ্ধ। এটি অ্যান্টিঅক্সিডেন্টের একটি ভাল উৎস এবং এতে নিয়াসিন, থায়ামিন এবং ভিটামিন বি সহ বিভিন্ন ভিটামিন রয়েছে। এটি কোলেস্টেরলের মাত্রা কমাতে, ডায়েবেটিস নিয়ন্ত্রণে এবং হজমের স্বাস্থ্যের উন্নতিতে সাহায্য করে। সর্গাম মিলেট শক্তির মাত্রা



শেষ পর্ব

বাড়াতে, ওজন কমাতে সহায়তা করতে এবং সার্বিক কার্ডিওভাসকুলার স্বাস্থ্যের উন্নতি করতে সাহায্য করে।

পার্ল মিলেট

পার্ল বা মুক্তা মিলেট, সাধারণত বাজরা নামে পরিচিত, একটি পুষ্টিকর শস্য। এটি শক্তি, প্রোটিন এবং খাদ্যতালিকাগত ফাইবারের একটি চমৎকার উৎস। মুক্তা বাজরা আয়রন, খোসা নরম, হালকা সবুজ, শাঁস সামান্য অম্ল ও ভিটামিন সি অধিক পরিমাণে পাওয়া যায়।

গোলাকার, শাঁস হলদে সাদা রঙের, সুস্বাদু, খোসা হালকা সবজে। গোলাকার, শাঁস হলদে সাদা রঙের, সুস্বাদু, খোসা হালকা সবজে।

শর্করার মাত্রা নিয়ন্ত্রণে সাহায্য করে, হজমে সহায়তা করে এবং স্বাস্থ্যকর ওজন ব্যবস্থাপনার প্রসার করে। কোডো মিলেট কার্ডিওভাসকুলার স্বাস্থ্যের উন্নতি, হাড়কে শক্তিশালী করতে এবং সামগ্রিক রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা বাড়াতেও পরিচিত।

প্রসো মিলেট প্রসো মিলেট, হোয়াইট মিলেট নামেও পরিচিত। এটি একটি গ্লুটেন-মুক্ত শস্য যাতে চর্বি কম এবং ডায়েটারি ফাইবার বেশি। এটি প্রোটিন এবং প্রয়োজনীয় খনিজ যেমন ফসফরাস এবং ম্যাগনেসিয়ামের একটি ভাল উৎস। প্রসো মিলেটে নিয়াসিন এবং ভিটামিন বি ও এর মতো ভিটামিনও রয়েছে। এটি স্বাস্থ্যকর কোলেস্টেরলের মাত্রা বজায় রাখেতে, হজমের স্বাস্থ্যের প্রসার এবং ওজন ব্যবস্থাপনায় সহায়তা করে। প্রসো মিলেট শক্তির মাত্রা বাড়াতে, হার্টের স্বাস্থ্যের উন্নতি করতে এবং মস্তিস্কের কার্যকারিতা বাড়াতেও পরিচিত।