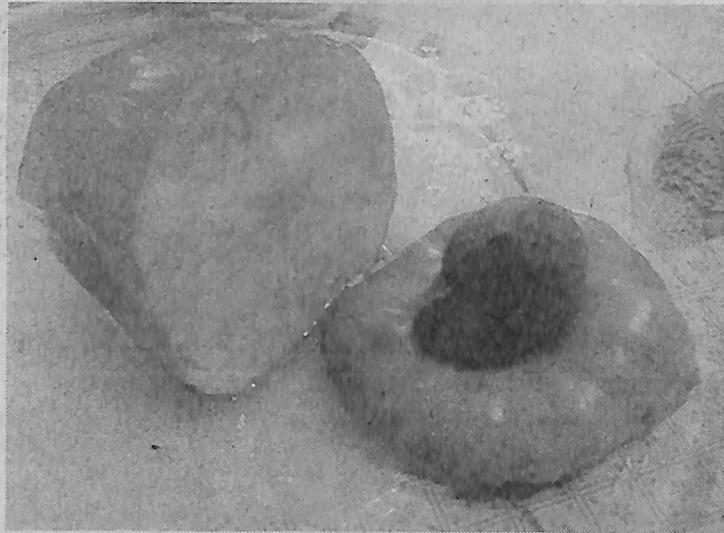


# കശുമാമ്പഴത്തിലെ ചവർപ്പ് ഇല്ലാതാക്കാൻ

കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്  
കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്

കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്  
കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്

കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്  
കശുമാമ്പഴം കണ്ടുപിടിച്ചത്



ചവർപ്പും (പിട)കരൻ

കേരളത്തിൽ ജന്തുവരിമൃതൽ മെയ് വരെയാണ് കശുവണ്ടി സീസൺ എന്നു പറയുന്നത്. കശുമാങ്ങയെ നാം വേണ്ടത്ര ഇനിയും ഗൗനിച്ചുവരുന്നില്ല എന്ന

വലിയ പോരായ്മ തിരുത്തപ്പെടേണ്ടതുണ്ട്. കശുവണ്ടിയുടെ 8-10 ഇരട്ടിയോളം ഭാരമുള്ള കശുമാമ്പഴത്തെ വിവിധ തരത്തിൽ ഉപയോഗിച്ചാൽ ഒരുപക്ഷേ കശുവണ്ടിയിൽനിന്നുള്ളതിനേക്കാൾ വരുമാനം ഉണ്ടാക്കാനാകും. ലഭിക്കുന്ന അമൂല്യമായ കശുമാമ്പഴത്തെ ഉൾപ്പ

ന്ന വൈവിധ്യവൽക്കരണം നടത്തി പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയാണ് പോംവഴി. കശുവണ്ടിയും- കശുമാമ്പഴവും നമുക്ക് ഒരുപോലെ പ്രയോജനപ്പെടുത്താനാകണം.

വളരെയേറെ പോഷകമൂല്യവും ഔഷധഗുണമുള്ളതുമായ ഒന്നാണ് മാമ്പഴം. ജീവകം സി (100 ഗ്രാമിൽ 170 - 260 മി. ഗ്രാം), അന്നജം 12.3 മി. ഗ്രാം, ഇരുമ്പ് 0.2 മി. ഗ്രാം, പ്രോട്ടീൻ 0.2 ഗ്രാം. ഫോസ്ഫറസ് 10 മി. ഗ്രാം, ധാതുലവണങ്ങൾ 200 മി. ഗ്രാം, ജീവകം എ 39 മി. ഗ്രാം, കാൽസ്യം, പഞ്ചസാര, തയമിൻ, റിബോഫ്ലാവിൻ, നിക്കോട്ടിനിക്ക് ഏസിഡ് എന്നിവയുമെല്ലാം അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്.

ടാനിൻ കൂടുതൽ അടങ്ങിയതിനാലാണ് കശുമാമ്പഴത്തിന് 'ചവർപ്പ്' ഉള്ളത്. ഇതാണ് പൊതുവെ കശുമാമ്പഴത്തെ മറ്റ് പല പഴങ്ങളിൽനിന്നും നമ്മെ അകറ്റുന്നത്. കൂടാതെ, കൂടുതൽ ദിവസം സൂക്ഷിക്കാനും പ്രയാസം. കശുമാമ്പഴത്തിലെ ചവർപ്പ് കളഞ്ഞ് വിവിധ തരത്തിൽ സംസ്കരിച്ച് സ്വാദിഷ്ടമായ ഭക്ഷ്യവസ്തുക്കളുണ്ടാക്കി ഉപയോഗിക്കാനുള്ള വിവിധ വശങ്ങൾ ഇന്നുണ്ട്. ഇത് നമുക്ക് സ്വയം തയ്യാറാക്കി ഉപയോഗപ്പെടുത്താനാകണം.

കശുമാമ്പഴത്തിന്റെ നീർ ശാസ്ത്രി

യമായി സംസ്കരിച്ചും മാമ്പഴത്തിന്റെ തന്നെ കറകളുണ്ട് പൾപ്പാക്കി സൂക്ഷിക്കാനും സാധിക്കും. നല്ലപോലെ പഴുത്ത കശുമാമ്പഴം കൈകൊണ്ട് പിഴിഞ്ഞും ജ്യൂസ് എക്സ്പിൾസറോ, ഹൈഡ്രോളിക് പ്രസ്സോ ഉപയോഗിച്ച് പിഴിഞ്ഞെടുക്കാം. ശരാശരി ഒരു മാമ്പഴത്തിൽനിന്ന് 60-70 ശതമാനം വരെ നീർ ലഭിക്കും.

### ചവർപ്പുനീക്കൽ

സാധാരണ നിലയിലുള്ള എളുപ്പ മാർഗം കഞ്ഞിവെള്ളം ഉപയോഗിച്ചുള്ളതാണ്. ഒരു ലിറ്റർ കശുമാങ്ങനീരെടുത്ത് ഇതിൽ 150 മി. ലി. കഞ്ഞിവെള്ളം ഒഴിച്ച് 12 മണിക്കൂർ അനക്കാതെ വയ്ക്കുക. കഞ്ഞിവെള്ളത്തിനു പകരമായി അരിച്ചെടുത്ത കശുമാങ്ങനീരിൽ, 5 ഗ്രാം ചൗവ്വരി കുറുക്കിയെടുത്ത് തണുപ്പിച്ചശേഷം കശുമാങ്ങനീരിൽ ചേർത്ത് ഇളക്കുക.

ഇങ്ങനെയുള്ള നീർ അണുബാധയ്ക്ക് വിധേയമാകാതിരിക്കാൻ ഒരു ലിറ്റർ നീരിന് 2.5 ഗ്രാം പൊട്ടാസ്യം മെറ്റാബൈസൾഫേറ്റ്, 5 ഗ്രാം സിട്രിക് ആസിഡ് എന്നതോതിൽ ചേർത്തുകൊടുക്കണം. കഞ്ഞിവെള്ളം ചേർക്കുമ്പോൾ കശുമാമ്പഴത്തിലെടാനിൻ എന്ന വസ്തു കഞ്ഞിവെള്ളത്തിലെ

സ്റ്റാർച്ചുമായി കലർന്ന് വെളുത്ത അവശിഷ്ടമായി പാത്രത്തിൽ അടിഞ്ഞുകൂടും. മുകളിൽ തെളിഞ്ഞനീർ തുപപ്പെടും. ഇത് ഊറിയിട്ടുത്ത് അണുബാധ ഇല്ലാത്തവിധം സ്റ്റീൽപാത്രത്തിൽ അടച്ചു സൂക്ഷിക്കാം. ഇവ ഉപയോഗിച്ച് സിറപ്പ്, ജ്യൂസ്, ശീതളപാനീയങ്ങൾ, വിനാഗിരി തുടങ്ങിയ ഒട്ടേറെ ഉൽപ്പന്നങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാം. ശീതളപാനീയനിർമ്മാണം മാത്രം സൂചിപ്പിക്കാം.

### ശീതളപാനീയം

നേരത്തെ പറഞ്ഞ കറനീക്കിയ കശുമാങ്ങാനിർ 150 ഗ്രാം എടുക്കുക. ഇതിൽ 120 ഗ്രാം പഞ്ചസാര 2-2.5 വരെ ഗ്രാം സിട്രിക് ആസിഡ്, 730 ഗ്രാം ശുദ്ധമായ വെള്ളം എന്നിവ എടുക്കുക.

പഞ്ചസാരയും സിട്രിക് ആസിഡും വെള്ളത്തിൽ ലയിപ്പിക്കുക. ഇത് തിളപ്പിക്കുക. തീ അണച്ചശേഷം ചൂടുവെള്ളത്തിൽ കശുമാങ്ങാനിർ ചേർത്ത് ഇളക്കുക. പിന്നീട് നല്ല അടപ്പുള്ള കുപ്പിയിൽ നിറച്ച് 85-90 ഡിഗ്രി വരെ ചൂടുള്ള വെള്ളത്തിൽ ഇട്ട് 15-20 മിനിട്ട് തിളപ്പിക്കണം. ഇത് തണുത്തശേഷം ശീതള പാനീയമായി ഉപയോഗിക്കാം. ഇങ്ങനെ വിവിധ തരത്തിൽ കറകളുണ്ടാക്കുന്ന കശുമാങ്ങാനിരിനെ ഉപയോഗിക്കാനാകും.