Mathrubhumi 13.12.17

പോഷകം നിറഞ്ഞ മധുരക്കയ്പ

സീമ സുരേഷ്

കയ്പയുടെ ബന്ധുവെങ്കിലും അത്ര കടുകട്ടികയ്പില്ലാത്തതാണ് മധുരക്കയ്പ. പാകംചെയ്തെടുത്താൽ കയ്പ് ഇല്ലേയില്ല. പോഷകനിറവിലും ഔഷധമികവിലും മുൻനിരയിലാണ് ഈ വള്ളിച്ചെടിയുടെ കായ്കൾ. തെക്കുകിഴക്കൻ ഏഷ്യയിലുടനീളം സുപരിചിതമാണ് മധുരക്കയ്പ്. ഇളംകായയ്ക്ക് നല്ല പച്ചനിറമാണ്. പുറംതൊലിയിൽ നിറയെ ചെറിയ മൃദുവായ മുള്ളുകൾ. കായ മൂക്കുമ്പോൾ നിറഭേദംവന്ന് ചുവന്ന് പഴുക്കും. വെള്ളരിയോട് സാദൃശ്യമുണ്ട് ഇതിന്റെ രസത്തിന്. ഉള്ളിൽ ബ്രൗണോ കറുപ്പോ നിറമുള്ള വിത്തുകളും.

വിത്ത് മുളപ്പിച്ചും തണ്ട് വേരുപിടിപ്പിച്ച് നട്ടും പുതിയ ചെടി വളർത്താം. പഴുത്ത കായയിലെ വിത്തുകൾ കഴുകി തണലിലുണക്കി പുറംതോടുനീക്കി ആറ്റുമണൽ വിരിച്ച നഴ്സറിയിലോ കൂടകളിലോ പാകി മുളപ്പിക്കാം. ഒരാഴ്ചമതി മുളപൊട്ടാൻ. ഇവ മാറ്റിനട്ട് വളർത്തണം. 1015 സെ.മീ. നീളവും 45 മുട്ടുമുള്ള ഇളംതലപ്പുകൾ നീളത്തിൽ മുറിച്ച് വേരുപിടിത്തത്തിന് സഹായിക്കുന്ന ഹോർമോൺ പൊടിയിൽ ചുവടറ്റംമുക്കി നടുകയുമാവാം.

മഴക്കാലത്തിന്റെ തുടക്കത്തിൽ 60 സെന്റിമീറ്റർ സമചതുരത്തിൽ കുഴിയെടുത്ത് ഉണങ്ങിപ്പൊടിഞ്ഞ കാലിവളവും എല്ലുപൊടിയും മേൽമണ്ണും ചേർത്ത്മൂടി തൈനടാം. ഇടയ്ക്ക് കടലപ്പിണ്ണാക്ക് ചേർത്ത് മണ്ണ് കൂട്ടിക്കൊടുത്താൽ നന്നായി വളരും. ചെടി വളരുന്നതനുസരിച്ച് പടരാൻ സൗകര്യം ചെയ്യണം. പരമാവധി 20 മീറ്റർവരെ ഉയരത്തിൽ ഇതിന് വളരാൻ കഴിയും. ചെടി നട്ട് 23 മാസം കഴിയുമ്പോൾ പുഷ്പിക്കും. ഒരു ചെടിയിൽനിന്നുതന്നെ 30 മുതൽ 60 കായ്കൾ വരെ കിട്ടും. കറിപ്പരുവത്തിലുള്ള കായ്കൾക്ക് ഏതാണ്ട് 300450 ഗ്രാം തൂക്കംവരും. കേരളത്തിലെ കാലാവസ്ഥയ്ക്കും വളരെ യോജിച്ചതാണ് മധുരക്കയ്പ. മാർച്ച്ഏപ്രിൽ മാസങ്ങളിൽ പൂവിടുന്ന വള്ളി വേനലിലും ഇടവപ്പാതിയിലും നിറയെ കായ്കൾതരും. മികച്ച പച്ചക്കറിയാണിത്. ബീറ്റാ കരോട്ടിന്റെ ഉറവിടമാണ് മധുരക്കയ്പ. ഇതിന്റെ വിത്തും അല്ലികളും ചേർത്ത് തയ്യാറാക്കുന്ന ചോറ് വിയറ്റ്നാമിലെ ഒരു വിശിഷ്ടവിഭവമാണ്. 'ഗാക്റൈസ്' എന്നാണിതിന് പേര്. കായയിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന ലൈക്കോപിൻ, വിത്തിലെ കൊഴുപ്പമ്ലങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ മധുരക്കയ്പയെ കൂടുതൽ പോഷകപ്രദവും ഔഷധയോഗ്യവുമാക്കുന്നു.

മധുരക്കയ്പ