

കശുമാങ്ങ, വെറുതെ കളയണോ

● സോമ്യ മലപ്പുടം

കശുമാങ്ങയുടെ കാലമാണല്ലോ ഇത്. കശുവണ്ടി ശേഖരിക്കുകയും കശുമാങ്ങ നശിപ്പിച്ചുകളയുകയും ചെയ്യുന്ന കാഴ്ച നാട്ടിൽ സുലഭമാണ്. ലക്ഷക്കണക്കിന് ടൺ കശുമാങ്ങയാണ് ഇങ്ങനെ നശിപ്പിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നത്. ഔഷധഗുണങ്ങൾ ഏറെയുള്ള ഫലമാണ് കശുമാങ്ങ. വിറ്റാമിൻ സിയുടെ കലവറയാണിത്. 100 ഗ്രാം കശുമാങ്ങയിൽ 261 മില്ലിഗ്രാം വിറ്റാമിൻ സി ഉണ്ട്. ഫോസ്ഫറസ്, കാത്സ്യം, ഇരുമ്പ്, കൊഴുപ്പ്, തയ്യാമിൻ എന്നിങ്ങനെ നിരവധി ഘടകങ്ങൾ ഈ ഫലത്തിലുണ്ട്. കശുമാങ്ങയിലെ ചവർപ്പ് അഥവാ കാരലാണ് മറ്റ് ഫലങ്ങൾപോലെ ഉപയോഗിക്കുന്നതിൽനിന്ന് ജനങ്ങളെ അകറ്റാൻ കാരണം. ചവർപ്പ് (കാറൽ) ക

ളഞ്ഞാൽ സ്വാദുകൊണ്ടും ഔഷധഗുണങ്ങൾ കൊണ്ടും മുന്പന്തിയിലുള്ള ഈ ഫലത്തെ നന്നായി ഉപയോഗപ്പെടുത്താൻ സാധിക്കും. കശുമാങ്ങയിൽ അടങ്ങിയ ടാനിൻ എന്ന രാസപദാർഥത്തിന്റെ സാന്നിധ്യമാണ് കാറൽ അഥവാ ചവർപ്പിന് അടിസ്ഥാനം. ടാനിന്റെ സാന്നിധ്യംകൊണ്ട് ചവർപ്പ് അനുഭവപ്പെടുന്നുവെന്നുമാത്രമല്ല അലുമിനിയം, ഓക്, ചെമ്പ്, ഇരുമ്പ്, പിച്ലള എന്നിവകൊണ്ട് നിർമ്മിച്ച പാത്രങ്ങളിലൊന്നും കശുമാങ്ങ ശേഖരിക്കാനോ നീർ തയ്യാറാക്കി സൂക്ഷിക്കാനോ പാടില്ല. പ്ലാസ്റ്റിക് കൊണ്ടോ, സ്റ്റെയിൻലസ് കൊണ്ടോ നിർമ്മിച്ച പാത്രങ്ങൾ മാത്രമേ കശുമാങ്ങ ശേഖരണത്തിനും നീരുസംഭരണത്തിനും ഉപയോഗിക്കാവൂ.



കശുമാങ്ങയിലെ ടാനിൻ നീക്കാൻ നിരവധി മാർഗങ്ങളുണ്ട്. അവയിൽ ചിലത് ഇതാ: കശുമാങ്ങ കഴുകിവൃത്തിയാക്കി ഗ്ലാസ്/പ്ലാസ്റ്റിക് ബക്കറ്റിലോ ശേഖരിക്കണം. ആയതിലേക്ക് നാടൻ കറിയുപ്പ് ലായനി ഒഴിക്കണം. അഞ്ചുകിലോ കശുമാങ്ങയ്ക്ക് അരക്കിലോ കറിയുപ്പ് എന്ന തോതിൽ വേണം ലായനി തയ്യാറാക്കാൻ. കറിയുപ്പ് ലായനി ഓരോ ദിവസവും മാറ്റി പുതിയ കറിയുപ്പ് ലാ

യനി ഒഴിക്കണം. ഇങ്ങനെ അഞ്ചുദിവസം കറിയുപ്പ് ലായനി മാറ്റണം. ആറാമത്തെ നാളിൽ കശുമാങ്ങ കഴുകി ഉപയോഗിക്കാം. ഇങ്ങനെ ടാനിൻ നീക്കംചെയ്ത കശുമാങ്ങകൊണ്ട് അച്ചാർ, ജാം, സ്കാഷ്, ക്യാൻഡി തുടങ്ങിയവ നിർമ്മിക്കാം. കശുമാങ്ങനീരിലെ ടാനിൻ നീക്കംചെയ്യാനും നിരവധി മാർഗങ്ങളുണ്ട്.

കശുമാങ്ങ, പിഴിഞ്ഞനീരെടുത്ത് പ്ലാസ്റ്റിക് ഭരണിയിലോ ബക്കറ്റിലോ, ശേഖരിച്ച് അതിൽ കട്ടിയുള്ള കഞ്ഞിവെള്ളം ഒഴിച്ചുവയ്ക്കലാണ് നാടൻരീതി. അഞ്ചുലിറ്റർ കശുമാങ്ങാനീരിൽ ഒരുലിറ്റർ കഞ്ഞിവെള്ളം ഒഴിച്ച് ഇളകാതെ 12 മണിക്കൂർ സൂക്ഷിക്കണം. ഇങ്ങനെ ചെയ്താൽ ടാനിൻ അടങ്ങിയ ഭാഗം കശുമാങ്ങനീരിന്റെ അടിയിൽ അടിഞ്ഞുകൂടും. മേൽഭാഗത്തെ ചവർപ്പില്ലാത്ത കശുമാങ്ങാനീർ സാവകാശം മറ്റൊരു പാത്രത്തിലേക്ക് മാറ്റിയെടുക്കാം. ചുവരി പൊടിച്ച് ചു



ടാക്കി കുറുകിയെടുത്ത് കശുമാങ്ങാനീരിൽ ചേർത്തും കശുമാങ്ങാനീരിലെ ടാനിൻ നീക്കംചെയ്യാം. ഒരു ലിറ്റർ കശുമാങ്ങാനീരിന് അഞ്ചുഗ്രാം ചുവരിയാണ് ചേർക്കേണ്ടത്. ചുവരി കൂറുകിയ മിശ്രിതത്തിൽ രണ്ടുഗ്രാം പൊട്ടാസ്യം മെറ്റാബൈസൾഫേറ്റും അഞ്ചുഗ്രാം സിട്രിക് ആസിഡുംകൂടി ചേർത്തിരിക്കണം. ഇങ്ങനെ തയ്യാറാക്കിയ ലായനിയാണ് കശുമാങ്ങാനീരിൽ ചേർക്കേണ്ടത്. ഇവ ചേർത്തുകഴിഞ്ഞാൽ 10 മണിക്കൂർ ലായനി ഇളകാതെ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കണം. നിശ്ചിതസമയം കഴിയുമ്പോഴേക്കും ടാനിൻ കട്ടിയായി കശുമാങ്ങാനീരിന്റെ അടിഭാഗത്ത് അടിഞ്ഞുകൂടും. മേൽഭാഗത്തെ കശുമാങ്ങാനീർ സാവകാശം മറ്റൊരു പാത്രത്തിലേക്ക് മാറ്റിയെടുക്കാം.