പഴക്കൂടയിലെ നവാഗതർ

സുരേഷ് മുതുകുളം

ഫാം ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ
കേരള സർക്കാർ

പഴക്കൂടയിലെ നവാഗതർ

ചീഫ് എഡിറ്റർ	:	**എ.എം. സുനിൽ കുമാർ** *പ്രിൻസിപ്പൽ ഇൻഫർമേഷൻ ഓഫീസർ*
രചന	:	**സുരേഷ് മുതുകുളം** *എഡിറ്റർ, കേരളകർഷകൻ*
എഡിറ്റർ	:	**എലിസബത്ത് ജോർജ്** *പബ്ലിക്കേഷൻ ഓഫീസർ*
ലേ ഔട്ട്	:	**ദീപക് മൗത്താട്ടിൽ**

ഫാം ഇൻഫർമേഷൻ ബ്യൂറോ പ്രസിദ്ധീകരണം

പുത്തൻ ഫലവൃക്ഷങ്ങൾക്ക് സ്വാഗതം

'ഭാരതത്തിന്റെ പഴക്കൂട' എന്നാണ് കേരളം അറിയപ്പെടുന്നത്. കേരളത്തിലെ സവിശേഷമായ കാലാവസ്ഥാ വൈവിദ്ധ്യത്തിൽ വളരാത്ത ഫലവർഗ്ഗങ്ങളില്ല എന്നു തന്നെ പറയാം. സമതലങ്ങളിലും ഹൈറേഞ്ചുകളിലും വളരുന്ന ഏതാണ്ടെല്ലാ ഫലവർഗങ്ങളും നമ്മുടെ മണ്ണിന് സ്വന്തമാണ്. ഇന്നിപ്പോൾ ഇതര നാടുകളിൽ വളരുന്ന സ്വാദിഷ്ഠവും പോഷകസമൃദ്ധവുമായ പുതിയ ചില പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ കൂടെ മലയാള മണ്ണിൽ എത്തിച്ചേർന്നിരിക്കുന്നു. ഇവയുടെ സ്വാദും മേന്മയും കൃഷിയുമെല്ലാം ഇവിടുത്തെ മണ്ണിനും കാലാവസ്ഥയ്ക്കും ഇണങ്ങുന്നതുമായിരിക്കുന്നു. കേരളത്തിന്റെ പഴത്തോട്ടത്തിലേക്ക് വിരുന്നുകാരായി എത്തിയ ഈ പുതിയ അതിഥികളെ നമുക്ക് പരിചയപ്പെടാം; പരിചരിച്ചു വളർത്തി ആദായം നേടാം.

ചീഫ് എഡിറ്റർ

പഴക്കൂടയിലെ നവാഗതർ

മണ്ണിന്റെയും കാലാവസ്ഥയുടെയും അത്ഭുതകരമായ വൈവിധ്യം സ്വന്തമായതിനാൽ കേരളത്തിൽ മിക്ക പഴവർഗങ്ങളും അനായാസം കൃഷി ചെയ്യാം. മാങ്ങ, വാഴപ്പഴം, പൈനാപ്പിൾ, പപ്പായ, പേര, സപ്പോട്ട, സീതപ്പഴം, ചാമ്പ തുടങ്ങി കേരളത്തിലുടനീളം സമൃദ്ധമായി വളരുന്ന പഴവർഗങ്ങൾ അനവധി. സമതലങ്ങളിൽ വളരുന്ന ഫലങ്ങൾക്കു പുറമെ കേരളത്തിലെ ഹൈറേഞ്ച് മേഖലകളായ ഇടുക്കി, വയനാട് ജില്ലകളിലെ മലമ്പ്രദേശങ്ങളിൽ ആപ്പിൾ, സബർജല്ലി, പ്ലം, മധുരനാരങ്ങ, വെണ്ണപ്പഴം തുടങ്ങിയവയും സമൃദ്ധമായി വളരുന്നു.

'പഴങ്ങളുടെ രാജാവ്' എന്ന് വിളിപ്പേരുള്ള മാമ്പഴത്തിന്റെ കാര്യത്തിൽ കേരളത്തിന്റെ വൈവിധ്യം ഏറെ വിസ്മയകരമാണ്. വിളവിലും രുചിയിലും മികച്ചതും വിവിധ ഉപയോഗങ്ങളുള്ളതുമായ ധാരാളം നാട്ടുമാവുകൾ നമുക്കുണ്ട്. ഒളോർ, മൂവാണ്ടൻ, ചന്ദ്രക്കാരൻ, കുറ്റ്യാട്ടൂർ, പ്രിയൂർ, മയിൽപ്പീലിയൻ, ബാപ്പക്കായ്, കുറുക്കൻ തുടങ്ങി ഇനങ്ങൾ എത്രയോ ഉണ്ട്. അച്ചാറിടാനും കണ്ണിമാങ്ങയ്ക്കും മാമ്പഴത്തിനും പഴച്ചാറിനും പറ്റിയ വെവ്വേറെ നാട്ടുമാങ്ങകൾ തന്നെയുണ്ട്.

മലയാളിയുടെ നിത്യജീവിതത്തിന്റെ അവിഭാജ്യഘടകമായി മാറിയ വാഴപ്പഴവും ഇനങ്ങളാൽ സമ്പന്നമാണ്. കേരളത്തിന്റെ ജൈവവൈവിധ്യത്തിന്റെ ഒരു പ്രമുഖ സൂചകമായി പലപ്പോഴും കേരളത്തിൽ വളരുന്ന. വൈവിധ്യമുള്ള വാഴകളുടെ കാര്യം പറയാറുണ്ട്. നേന്ത്രൻ, ഞാലിപ്പൂവൻ, പാളയംകോടൻ, വെള്ളപാളയം കോടൻ, റോബസ്റ്റ്, ബുധിവാല, കദളി, ചെങ്കദളി, പിസാംഗ്ലിലിൻ, പേയൻ, കാഞ്ചികേല, ചുവന്ന കപ്പ, മൊന്തൻ, മട്ടി, നേന്ത്രപടറ്റി, ചാരപ്പൂവൻ, കൂമ്പില്ലാക്കണ്ണൻ തുടങ്ങി ഗുരുവായൂരപ്പന് കാണിക്കയർപ്പിക്കുന്ന കാഴ്ചക്കുല വരെ നീളുന്ന അതിവിപുലമായ വാഴ സമ്പത്തും നമ്മുടെ നാടിനു സ്വന്തം.

കൈതച്ചക്കയുടെ കാര്യമെടുത്താൽ കേരളത്തിലെ പ്രധാന ഇനങ്ങൾ പഴത്തിന് 'മൗറീഷ്യസ്' എന്ന ഇനവും പഴത്തിന് 'ക്യൂ' എന്ന ഇനവുമാണ്. ഇതുപോലെ തന്നെയാണ് സ്വാദൂറുന്ന പഴങ്ങൾ തരുന്ന പേരമരവും പാലും

പഴവും നൽകുന്ന പപ്പായമരവുമൊക്കെ ഇങ്ങനെ ഫലസമൃദ്ധമായ കേരളത്തിലേയ്ക്ക്, കേരളത്തിലെ പഴക്കൂടയിലേക്ക് ഇക്കഴിഞ്ഞ കുറച്ചു നാളുകളായി സദ്ഗുണസമ്പന്നരായ ചില ഫലസസ്യങ്ങൾ. വിരുന്നുകാരായെത്തി പിന്നെ വീട്ടുകാരായി മാറി എന്നു പറയുന്നതാവും ഏറെ ശരി. വിദേശമുൾപ്പടെ ഇതര നാടുകളിൽ വളർന്നിരുന്ന ചില മികച്ച പഴവർഗങ്ങൾ നമ്മുടെ നാട്ടിലും പ്രചരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവയിൽ പ്രധാനികളാണ് റമ്പൂട്ടാൻ, ദുരിയൻ, മാങ്കോസ്റ്റീൻ, ലിച്ചി, ഫിലോസാൻ മുതലായവ.

വഴിയോരപഴക്കച്ചവടക്കാർ വഴി മലയാളിയുടെ രസമുകുളങ്ങളെയാണ് ഇവർ ആദ്യം കീഴടക്കിയതെങ്കിലും ഇന്ന് ഇവരിൽ പലരും മലയാള മണ്ണിന് ഇണക്കമുള്ളവരായി മാറിയിരിക്കുന്നു. അങ്ങനെ ഇവർ നമ്മുടെ സ്വാദിഷ്ടവും മധുരോദാരവുമായ പഴക്കൂടയ്ക്ക് കൂടുതൽ മികവും അലങ്കാരവുമായി മാറിയിരിക്കുന്നു. ഇവരെ അടുത്തറിയാം.

* റമ്പുട്ടാൻ – മുള്ളൻ പഴത്തിന്റെ മധുരം

നഗരപ്രദേശങ്ങളുടെ വഴിയോരക്കാഴ്ചകൾക്ക് ഈയടുത്തകാലത്ത് ചന്തം ചാർത്തിയ പരദേശി ഫലമാണ് റമ്പുട്ടാൻ. പുറം തോടിൽ നിന്ന് മുള്ളുകൾ എഴുന്നു നിൽക്കുന്നതിനാൽ ആദ്യമൊക്കെ പലരും ഇതിനെ 'മുള്ളൻപഴം' എന്നാണു വിളിച്ചത്. ഇതിന്റെ പ്രത്യേക രൂപവും നിറവും കണ്ട് ഇത് കഴിക്കാൻ നല്ലതാണോ എന്നുപോലും പലരും സംശയിച്ചിരുന്നു. പുതിയതെന്തും പൂർണ്ണമനസ്സോടെ രണ്ടു കയ്യും നീട്ടി സ്വീകരിക്കുന്ന മലയാളി മനസ്സ് പിന്നീട് റമ്പുട്ടാനെയും വരവേറ്റു. അങ്ങനെ പരീക്ഷണാടിസ്ഥാനത്തിൽ കുറച്ചു വാങ്ങുകയും രുചിക്കുകയും ചെയ്തവർക്ക് റമ്പുട്ടാന്റെ സവിശേഷ സ്വാദിന് അടിമകളാകാൻ അധികനാൾ വേണ്ടി വന്നില്ല. അങ്ങനെയാണ് റമ്പുട്ടാൻ മലയാളിയുടെ മനസ്സിലും മണ്ണിലും വേരോടാൻ തുടങ്ങിയത്. കാലാവസ്ഥ അനുയോജ്യമായതിനാൽ കേരളത്തിൽ റമ്പുട്ടാൻ എന്ന പഴം നന്നായി വളർത്താൻ കഴിയും എന്ന് ബോധ്യപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. മലയ, സിംഗപ്പൂർ എന്നിവിടങ്ങളിൽ നിന്ന് നാട്ടിലെത്തിയ മലയാളികൾ തന്നെയാണ് ഇവിടെ റമ്പുട്ടാൻ പ്രചരിക്കാൻ കാരണം.

പരിചയം

റമ്പുട്ടാൻ ഒരു നിത്യഹരിതവൃക്ഷമാണ്. 'റമ്പുട്ടാൻ' എന്നത് ഒരു മലയൻ പദമാണ്; 'രോമാവൃതം' എന്നർത്ഥം. പഴത്തിന്റെ രൂപവും ഇതാണല്ലോ. സസ്യനാമം *നെഫേലിയം ലപ്പേസിയം*. വിയറ്റ്നാം, ഇന്തൊനേഷ്യ, ഫിലിപ്പീൻസ്, ശ്രീലങ്ക, മലേഷ്യ എന്നീ പ്രദേശങ്ങളാണ് ഇതിന്റെ ജന്മസ്ഥലം.

സാധാരണഗതിയിൽ ഇത് 10 മുതൽ 20 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരും. എന്നാൽ അധികം ഉയരാതെ കൊമ്പുകോതി വളർത്തിയാൽ മൂന്നു നാലുമീറ്റർ വരെ വളർച്ച നിയന്ത്രിച്ചു നിർത്താം.

ഉഷ്ണമേഖലാപ്രദേശങ്ങൾക്ക് എത്രയും ഇണങ്ങിയ ഒരു ഫലവൃക്ഷമാണ് റമ്പുട്ടാൻ. സമുദ്രനിരപ്പിൽ നിന്ന് 500 മീറ്റർ വരെ ഉയർന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ ഇത് അനായാസം വളരും.

റമ്പുട്ടാൻ വളർത്താൻ തുടങ്ങുന്നവർ ആദ്യം മനസിലാക്കേണ്ടത് ഇതിൽ ആണും പെണ്ണും വെവ്വേറെയുണ്ട് എന്നതാണ്. അതിനാൽ വിത്തു മുളപ്പിച്ചു കിട്ടുന്ന തൈ എല്ലായ്പ്പോഴും പെൺമരമായിരിക്കുമെന്ന് ഉറപ്പുപറയാൻ കഴിയില്ല. പെൺമരമെന്ന് ഉറപ്പാക്കണമെങ്കിൽ കായികപ്രവർദ്ധനം വഴി കായ്ക്കാൻ പാകത്തിനുള്ള തൈ ഉത്പാദിപ്പിക്കണം. ഒട്ടുതൈ നടണം എന്ന് ചുരുക്കം. ഇതിന് പോംവഴിയുണ്ട്. റമ്പുട്ടാന്റെ തന്നെ വിത്ത് മുളപ്പിച്ചു കിട്ടുന്ന തൈകൾക്ക് ഒരു വർഷം പ്രായമാകുമ്പോൾ അവ വശം ചേർത്തൊട്ടിക്കൽ (സൈഡ് ഗ്രാഫ്റ്റിങ്) നടത്തിയാണ് പെൺമരം തയാറാക്കുന്നത്. ഇങ്ങനെ എടുക്കുന്ന തൈകൾ നന്നായി വളർത്തിയാൽ 2-3 വർഷം കൊണ്ട് കായ് പിടിക്കും.

റമ്പുട്ടാൻ തൈകൾ ഏഴു മീറ്റർ അകലം നൽകി 45x45x45 സെ.മീറ്റർ വലുപ്പത്തിൽ കുഴികളെടുത്ത് അതിൽ ജൈവവളങ്ങൾ ചേർത്തു വേണം നടാൻ. കുഴിയിൽ നിന്ന് എടുത്ത വളക്കൂറുള്ള മണ്ണ് 10 കിലോ ചാണകപ്പൊടിയോ കമ്പോസ്റ്റോ ചേർത്തിളക്കി കുഴി നിറച്ചാൽ മതി. എന്നിട്ട് തൈ നാടം. കാലവർഷാരംഭമാണ് തൈ നടാൻ നന്ന്.

കേരളത്തിൽ മെയ് പകുതി മുതൽ ഒക്ടോബർ വരെയാണ് റമ്പുട്ടാൻ വിളവാകുന്ന കാലം. നാലുവർഷം പ്രായമായ ഒരു റമ്പുട്ടാൻ മരത്തിൽ നിന്ന് 7 കിലോയും അഞ്ചാംവർഷം 15 കിലോയും ഏഴാം വർഷം 45 കിലോയും പത്താം വർഷം 160 കിലോയും വിളവ് കിട്ടുന്ന റമ്പുട്ടാൻ തോട്ടങ്ങൾ ഇന്ന് കേരളത്തിലുണ്ട്. ഒരു കിലോ പഴത്തിന് ഏറ്റവും കുറഞ്ഞ വിലയായ 60 രൂപ കണക്കാക്കിയാൽ പോലും ഒരു റമ്പുട്ടാൻ മരം നാലാം വർഷം 350 രൂപ ആദായം നൽകുമെന്ന് കർഷകർ അഭിപ്രായപ്പെടുന്നു. ഒരേക്കർ സ്ഥലത്ത് നിലവിലുള്ള അകലം പാലിച്ചാൽ പരമാവധി 140 മരം വരെ നടാം. നഗരപ്രദേശങ്ങളിൽ 90 മുതൽ 150 രൂപ വരെയാണ് വില. ഇതിൽ നിന്ന് ഈ ഫലവൃക്ഷത്തിന്റെ ആദായക്കണക്ക് മനസിലാക്കാവുന്നതേയുള്ളൂ. ഒരു കുലയിൽ 10-20 പഴങ്ങൾ വീതമാണ് ഇതിൽ കായ് പിടിക്കുക.

വിളഞ്ഞ റമ്പുട്ടാന്റെ പുറം തോടിന് ചുവന്ന നിറമാണ്. സ്വാദിഷ്ഠമായ ഈ പഴത്തിൽ 100 ഗ്രാമിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പോഷക ഘടകങ്ങൾ ഇങ്ങനെ:

മാംസ്യം	-	1.0 ഗ്രാം
അന്നജം	-	16.02 ഗ്രാം
തയമിൻ	-	0.01 മില്ലി ഗ്രാം
ജീവകം സി	-	7.4 മില്ലിഗ്രാം
സോഡിയം	-	16.5 മില്ലിഗ്രാം
പൊട്ടാസിയം	-	63.0 മില്ലി ഗ്രാം
കാത്സ്യം	-	33.0 മില്ലി ഗ്രാം
ജീവകം എ	-	4.5 ഐ.യു
ഇരുമ്പ്	-	0.5 മില്ലി ഗ്രാം.

ഇതിനുപുറമെ നൈട്രജൻ, സിങ്ക്, മഗ്നീഷ്യം, മാംഗനീസ്, ഫോസ്ഫറസ് തുടങ്ങിയ ഘടകങ്ങളുമുണ്ട്.

മേന്മകൾ

സവിശേഷമായ നിരവധി ഔഷധ സിദ്ധികളുടെ ഇരിപ്പിടം കൂടെയാണ് റമ്പുട്ടാൻ പഴം.

ദിവസവും അഞ്ച് റമ്പുട്ടാൻ പഴം കഴിച്ചാൽ അർബുദ സാധ്യത കുറയ്ക്കാനാകുമെന്ന് പഠനങ്ങൾ പറയുന്നു. മാത്രമല്ല രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാനും

ഈ പഴം അത്യുത്തമം. ദഹനശേഷി വർധിപ്പിക്കുന്നതിനു പുറമെ പനി, വയറുകടി, അതിസാരം എന്നിവയ്ക്ക് മരുന്നായും ഇത് ഉപയോഗിക്കുന്നു. മരത്തിന്റെ ഇലയരച്ചു പുരട്ടിയാൽ തലവേദനയകറ്റാം. കുരുവിൽ നിന്നെടുക്കുന്ന എണ്ണ മെഴുകുതിരി, സോപ്പ് എന്നിവയുടെ നിർമ്മിതിയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു.

ജീവകം സി ധാരാളമുള്ളതിനാൽ റമ്പുട്ടാൻ പഴത്തിന്റെ നിരോക്സീകാരകശേഷി പ്രശംസനീയമാണ്. സ്വതന്ത്ര റാഡിക്കലുകളുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ നിന്ന് നമ്മുടെ ശരീരകോശങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കാൻ ഇവയ്ക്ക് കഴിയും. പഴച്ചാറ്, സിറപ്പ്, ജാം എന്നിവ തയ്യാറാക്കാൻ ഉപയോഗിക്കുന്നു. പഴത്തിൽ നിന്ന് വേർതിരിച്ചെടുക്കുന്ന ചായം (ഡൈ) പട്ടിന് നിറം നൽകാൻ പ്രയോജനപ്പെടുത്താറുണ്ട്.

* ദുരിയാൻ – പഴങ്ങളുടെ രാജാവ്

കണ്ടാൽ ഒരു ചെറിയ ചക്കപ്പഴം. അതാണ് ദുരിയാൻ. കേരളത്തിൽ ദുരിയാൻ പ്രചാരം നേടിവരുന്നുണ്ട്. തെക്കു കിഴക്കൻ ഏഷ്യയിൽ 'പഴങ്ങളുടെ രാജാവ്' എന്ന ഓമനപ്പേരിലാണ് ദുരിയാൻ അറിയപ്പെടുന്നത്. ഫുട്ബോളിന്റെ വലിപ്പവും പുറത്ത് കൂർത്തുമൂർത്ത നീളൻ കട്ടിമുള്ളുകളും –ഇതാണ് ദുരിയാൻ പഴത്തിന്റെ രൂപം.

പരിചയം

മലേഷ്യ, ഇന്തൊനേഷ്യ എന്നീ രാജ്യങ്ങളാണ് ദുരിയാന്റെ ജന്മദേശം. ആഞ്ഞിലിച്ചക്കയോടോ പ്ലാവിലെ ചെറിയ ചക്കയോടോ ദുരിയാന് രൂപസാദൃശ്യം കണ്ടെത്തിയാൽ തെറ്റില്ല. ഇതിന്റെ ഉൾഭാഗം ചക്കയിലെ ചുളകൾ പോലെ തന്നെയാണ്. ചുളയ്ക്കുള്ളിൽ ചക്കക്കുരുവിനേക്കാൾ വലിപ്പമുള്ള ഓരോ വിത്തുമുണ്ടാവും. കുരുവിന്റെ മുകളിൽ ആത്തപ്പഴത്തിന്റേതുപോലെ പറ്റിയിരിക്കുന്ന മാംസളഭാഗമാണ് ഭക്ഷ്യയോഗ്യം. ഒരു പഴം പരമാവധി 3 കിലോ വരെ തൂക്കമുണ്ടാവും.

ഏഷ്യയിലെ ഒരുവിധപ്പെട്ട എല്ലാ വിപണികളിലും ദുരിയാൻ പഴം വിൽപ്പനയ്ക്കെത്താറുണ്ട്. പോരാത്തതിന് അമേരിക്ക, യൂറോപ്പ് തുടങ്ങിയ വിദേശ രാജ്യങ്ങളിലേക്ക് ധാരാളം കയറ്റി അയയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇന്ത്യയ്ക്കു പുറമെ തായ്‌ലാന്റ്, ശ്രീലങ്ക, വിയറ്റ്നാം, പാപ്പുവ ന്യൂഗിനി, ദക്ഷിണ ഫിലിപ്പീൻസ് തുടങ്ങിയ രാജ്യങ്ങളിലെല്ലാം ദുരിയാൻ വാണിജ്യാടിസ്ഥാനത്തിൽ വളർത്തുന്നുണ്ട്.

'ദുരി' എന്ന മലയൻ വാക്കിൽ നിന്നാണ് ഈ പഴത്തിന് 'ദുരിയാൻ' എന്ന പേരു കിട്ടയത്. 'ദുരി' എന്നാൽ 'മുള്ള്' എന്നർത്ഥം, അപ്പോൾ മുള്ളു നിറഞ്ഞ പഴം എന്നയർത്ഥത്തിൽ ഇതിന് 'ദുരിയാൻ' എന്ന പേരിട്ടത് തികച്ചും അന്വർത്ഥമാണെന്ന് കാണാം.

ദുരിയാൻ പഴത്തിന്റെ വേറിട്ട സവിശേഷത അതിന്റെ പ്രത്യേകതരം ഗന്ധമാണ്. ഇത് അല്പം രൂക്ഷമാണുതാനും. ഈ പ്രത്യേക ഗന്ധം ഒരേ സമയം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നവരും ഉണ്ട്, ഇഷ്ടപ്പെടാത്തവരും ഉണ്ട്. ചിലർക്ക് ഈ ഗന്ധം വളരെ അരോചകമായി തോന്നാം. മറ്റു ചിലർക്കിത് വളരെ അസ്വസ്ഥജനകവുമാണ്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ ഈ പഴത്തിന്റെ വിൽപ്പന തെക്കു കിഴക്കൻ ഏഷ്യയിലെ ചില പൊതു സ്ഥലങ്ങളിൽ തടഞ്ഞിട്ടുപോലുമുണ്ട്! എങ്കിലും ഇതിന്റെ ഉള്ളിലെ ചുളകളുടെ സ്വാദ് വർണ്ണനാതീതമാണ് എന്നു പറയാതെ വയ്യ.

പത്തൊമ്പതാം നൂറ്റാണ്ടിൽ പ്രമുഖ ബ്രിട്ടീഷ് പരിസ്ഥിതി വാദിയായ ആൽഫ്രഡ് റസ്സൽ വാലസ് ദുരിയാൻ പഴത്തിന്റെ സവിശേഷ മധുരത്തെക്കുറിച്ച് "സ്വാദേറിയ ആത്തപ്പഴത്തിനുള്ളിൽ സ്വാദും സുഗന്ധവും ഒത്തിണങ്ങിയ ബദാം നിക്ഷേപിച്ചതുപോലെയാണ് ദുരിയാൻ" എന്ന് രേഖപ്പെടുത്തി.

സാധാരണഗതിയിൽ ദുരിയാൻ മരം 25–40 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരും. ഇലകൾക്ക് നിത്യഹരിത സ്വഭാവം. വർഷത്തിൽ 1500–2000 മില്ലിമീ

റ്റർ മഴയും 25-30 ഡിഗ്രി സെൽഷ്യസ് ചൂടും വളർച്ചയ്ക്ക് അനുകൂലം. നാലഞ്ചു വർഷത്തെ വളർച്ച വേണം ദുരിയാൻ മരം കായ്ക്കാൻ. വിത്തു പാകി മുളപ്പിച്ചാണ് തൈകൾ ഉണ്ടാക്കുന്നത്. മണലിൽ പാകിയോ പോളിബാഗുകളിൽ കിളിർപ്പിച്ചോ ഇത് ചെയ്യാം. ഇന്നിപ്പോൾ ദുരിയാന്റെ ഒട്ടു തൈകൾ ലഭ്യമാണ്.

നന്നായി പരിചരിച്ചു വളർത്തുന്ന പ്രായപൂർത്തിയെത്തിയ ഒരു മരത്തിൽ നിന്ന് കുറഞ്ഞത് 40 മുതൽ നാനൂറിലേറെ ചക്ക കിട്ടും. ഓരോ ചക്കയ്ക്കും 100 രൂപയ്ക്കടുത്തു വിലയുണ്ട്. ഓരോ ചക്കയിലും പത്തു മുതൽ നാൽപതു വരെ ചുളകളുണ്ടായിരിക്കും. ചക്കയുടെ ഉൾവശം നാലു ഭാഗങ്ങളായി തിരിഞ്ഞാണ് ക്രമീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഇതിനുള്ളിലാണ് ചുളയിരിക്കുന്നത്. സാധാരണ ഗതിയിൽ മൂപ്പെത്തുമ്പോൾ പഴുത്ത ചക്ക തുല്യഭാഗങ്ങളായി പൊട്ടിവിടരും. അപ്പോൾ ചുളകൾ നിരന്നു കാണാം. ദുരിയാൻ പഴം മരത്തിൽ നിന്നു തന്നെ വിളഞ്ഞു പഴുക്കുന്നതാണ് രുചികരം. പഴങ്ങൾ 5 ദിവസം വരെ കേടാകാതിരിക്കും. ചുളകൾ പനയോലയിൽ പൊതിഞ്ഞ് തണുപ്പിച്ചു സൂക്ഷിച്ചാൽ ഒരു വർഷം വരെ കേടാകാതിരിക്കും.

വിളവെടുപ്പ് നടത്തുന്നതോടൊപ്പം വളപ്രയോഗവും നടത്തണം. ഓരോ മരത്തിനും അഞ്ചുകിലോ വീതം എല്ലുപൊടിയും പത്തു കിലോ വീതം ഉണങ്ങിയ ചാണകപ്പൊടിയും മതിയാകും. ഇത് മൂന്നു തവണയായി നൽകണം.

മേന്മകൾ

പോഷക സമൃദ്ധമാണ് പഴം. 100 ഗ്രാം ദുരിയാൻ പഴത്തിലടങ്ങിയിട്ടുള്ള മുഖ്യ ഘടകങ്ങൾ നോക്കാം.

കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്	–	27.09 ഗ്രാം
നാര് (ഭക്ഷ്യയോഗ്യം)	–	3.8 ഗ്രാം
കൊഴുപ്പ്	–	5.33 ഗ്രാം
മാംസ്യം	–	1.47 ഗ്രാം
ജീവകം സി	–	19.7 മില്ലി ഗ്രാം
പൊട്ടാസിയം	–	436 മില്ലിഗ്രാം
കാത്സ്യം	–	6 മില്ലിഗ്രാം

സസ്യജന്യപോഷകങ്ങൾ, നിരോക്സീകാരകങ്ങൾ, മാംസ്യം, ജീവകങ്ങൾ, ധാതുലവണങ്ങൾ എന്നിവയുടെ കലവറയായതിനാൽ ദുരിയാൻ പഴത്തിന് ആരോഗ്യപരിരക്ഷാ മേന്മകളും നിരവധി ഉണ്ട്.

* ശരീരത്തിലെ സീറോടോണിൻ നില ഉയർത്തുക വഴി ശാരീരിക സ്വാസ്ഥ്യം നൽകുന്നു; ക്ഷീണം അകറ്റുന്നു, സന്തോഷം പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു.
* പേശി നിർമ്മാണത്തിനും വിവിധ അവയവങ്ങളുടെ സുഖകരമായ പ്രവർത്തനത്തിനും സഹായിക്കുന്നു.
* വാർധക്യസഹജമായ അവസ്ഥകൾ കുറയ്ക്കുകയോ മന്ദീഭവിപ്പിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നു.
* ശരീരത്തിന് അവശ്യം വേണ്ട ഊർജ്ജവും എത്ര വലിയ ക്ഷീണത്തെയും ചെറുക്കാനുള്ള സഹനശേഷിയും മാനസികാരോഗ്യവും നൽകുന്നു.
* ശ്വാസകോശവും ശ്വസനേന്ദ്രിയങ്ങളും ശുദ്ധീകരിച്ച് കഫക്കെട്ട് അകറ്റുന്നു.
* വിവിധ രോഗാണുബാധകളിൽ നിന്ന് ശരീരത്തിന് സംരക്ഷണം നല്കുന്നു.
* നാര് സമൃദ്ധമാകയാൽ സ്ഥിരമായി ഉപയോഗിക്കുന്നത് ഉദരാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾ തടയും.
* കാര്യക്ഷമമായ രക്തശുദ്ധീകരണത്തിന് വഴിയൊരുക്കുന്നു.
* ഇലകളും വേരും, പനി, മഞ്ഞപ്പിത്തം എന്നിവയുടെ ചികിത്സയ്ക്കുള്ള പരമ്പരാഗത ഔഷധങ്ങൾ തയ്യാറാക്കുന്നതിലെ ചേരുവയാണ്.
* ഇലകൾ, പഴം എന്നിവയുടെ കഷായം നീരും ചൊറിച്ചിലും ത്വക്ക് രോഗങ്ങളും അകറ്റാൻ ഉപകരിക്കുന്നു.
* 'ട്രിപ്റ്റോഫാൻ' എന്നു പേരായ അമിനോ അമ്ലം ധാരാളം അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതിനാൽ ആകാംക്ഷ, വിഷാദം, ഉറക്കമില്ലായ്മ തുടങ്ങിയ അവസ്ഥകൾ പരിഹരിക്കാൻ ഉപയോഗപ്പെടുന്നു.
* മൃദുമാംസ്യം ധാരാളമുള്ളതിനാൽ പേശീനിർമ്മാണത്തിന് സഹായിക്കുന്നു.
* ഫ്രക്റ്റോസ്, സുക്രോസ് തുടങ്ങിയ പഞ്ചസാരകളും ലഘു കൊഴുപ്പുകളും ധാരാളം അടങ്ങിയിരിക്കുന്നതിനാൽ വേണ്ടത്ര ശരീരഭാരമില്ലാത്ത കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ആരോഗ്യം നിലനിർത്താനും വീണ്ടെടുക്കാനും ഒരു പോഷകാഹാരം എന്ന നിലയ്ക്ക് പ്രയോജനപ്പെടുന്നു.

* ഫോളേറ്റിന്റെ ഉത്തമ ഉറവിടമായതിനാൽ അരുണ രക്താണുക്കളുടെ ഉല്പാദനത്തെ സഹായിക്കുകയും വിളർച്ച അകറ്റുകയും ചെയ്യും.
* ധാരാളം മാംഗനീസ് അടങ്ങിയിട്ടുള്ളതിനാൽ രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് ക്രമീകരിക്കാൻ സഹായകമാകുന്നു.
* ആമാശയത്തിൽ ആവശ്യത്തിന് ഹൈഡ്രോക്ലോറിക് അമ്ലം ഉല്പാദിപ്പിക്കുക വഴി ക്രമമായ വിശപ്പുണ്ടാക്കുന്നു; ആഹാരം ദഹിക്കാനും സഹായിക്കുന്നു.

മധുരപലഹാരങ്ങൾ, കാൻഡി, ബിസ്ക്കറ്റ് ഐസ്ക്രീം, മിൽക്ക് ഷേക്ക് എന്നിവ തയ്യാറാക്കാൻ ദുരിയാൻ പഴം ഉത്തമമാണ്.

മരത്തിന്റെ തടി ഫർണിച്ചർ നിർമ്മാണത്തിനും കതക്, ജനൽ എന്നിവയുടെ ചട്ടമുണ്ടാക്കാനും നന്ന്. പാകമായ ദുരിയാൻ പഴത്തിന് വിദേശ വിപണിയിൽ 10 ഡോളറിലധികം വിലയുണ്ട്. കോട്ടയം, ഇടുക്കി, ജില്ലകളിൽ ഇപ്പോൾ ദുരിയാൻ കൃഷിയുണ്ട്.

* ഫിലോസാൻ – മധുവിനെ വെല്ലും മധുരം

മലേഷ്യയുടെ സ്വന്തം പഴമാണ് ഫിലോസാൻ. ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങളിലെ ചൂടും ആർദ്രതയുമുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ തഴച്ചു വളരുന്ന ഫിലോസാൻ പഴത്തിന് ഇന്ന് കേരളത്തിലും പ്രചാരമേറുന്നു; ആവശ്യക്കാരും വർധി

ക്കുന്നു. കേരളത്തിലെ കാലാവസ്ഥയിൽ ഫിലോസാൻ നന്നായി വളരുകയും കായ് പിടിക്കുകയും ചെയ്യും. മറ്റു പഴങ്ങളുടെ കാര്യത്തിലെന്നതുപോലെ മലേഷ്യയിൽ ജോലിയായിരുന്ന് തിരിച്ച് നാട്ടിലെത്തിയവർ തന്നെയാണ് ഫിലോസാനെയും മലയാള മണ്ണിൽ എത്തിച്ചത്. ഏതാണ്ട് ഇരുപതു വർഷം മുമ്പു തന്നെ ഫിലോസാൻ കേരളത്തിലെത്തിയെങ്കിലും ഈയടുത്തകാലത്താണ് ഇത് കൃഷിസ്നേഹികളുടെ സവിശേഷ ശ്രദ്ധ നേടിയത്. കേരളത്തിൽ ഇപ്പോൾ പത്തനംതിട്ട, കോട്ടയം, ഇടുക്കി, തൃശ്ശൂർ ജില്ലകളിൽ ഫിലോസാൻ കൃഷി ചെയ്തു വരുന്നുണ്ട്.

പരിചയം

കാഴ്ചയിൽ മലേഷ്യൻ റംബുട്ടാനോട് സാദൃശ്യമുള്ള ഫിലോസാൻ മരം ഏതാണ്ട് 10–15 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന സ്വഭാവമുള്ളതാണ്. നിത്യഹരിത വൃക്ഷമായ ഇതിന് ‘പുലോസാൻ’ എന്നും വിളിപ്പേരുണ്ട്. ഫിലിപ്പീൻസിൽ ഇത് ‘ബുലാല’ എന്ന പേരിലറിയപ്പെടുന്നു. റംബുട്ടാനോട് സാമ്യമുണ്ടെങ്കിലും ഫിലോസാൻ പഴത്തിന് റമ്പുട്ടാനേക്കാൾ കൂടുതൽ മധുരവും സ്വാദുമുണ്ട്. എന്നറിയുക; തേനിനെ വെല്ലുന്ന സ്വാദാണിതിന്. ഫിലോസാന്റെ പുറംതോടിന് മലേഷ്യൻ റമ്പുട്ടാന്റേതുപോലെ തൊങ്ങലുകളില്ലെങ്കിലും നല്ല ചുവപ്പു നിറവും ചക്കയുടെ മുള്ളുപോലെ കട്ടിയുള്ള ആവരണവുമുണ്ട്. ചെറിയ ഇലകളോടുകൂടിയ പഴക്കുലയിൽ 10 മുതൽ 25 വരെ പഴങ്ങളുണ്ടാകുന്നത് കാണാം. ഒരു പഴത്തിന് 50–80 ഗ്രാം വരെ തൂക്കവുമുണ്ടാകും. മുള്ളുപോലെ ആവരണമുള്ള തൊണ്ടിനകത്താണ് വെണ്ണ നിറത്തിലുള്ള മൃദുലമായ കാമ്പ്. ഉള്ളിൽ ചെറിയ വിത്തും ഉണ്ട്. പഴത്തിന്റെ രണ്ടറ്റവും ഞെരിച്ചാൽ കാമ്പ് പുറത്തുവരും.

ദക്ഷിണമലേഷ്യയുടെ സന്തതിയാണ് ഫിലോസാൻ. മലയ, തായ്ലാന്റ് എന്നിവിടങ്ങളിൽ ഇത് പണ്ടേക്കു പണ്ടേ വളർത്തിവരുന്നു. നല്ല വളക്കൂറും നീർവാർച്ചയുമുള്ള ഏതു മണ്ണിലും ഫിലോസാൻ കൃഷി ചെയ്യാം. ജൈവവളങ്ങളോടാണ് ഇതിന് പ്രിയം കൂടുതൽ. 8 മീറ്റർ എങ്കിലും ഇടയകലം നൽകിയാണ് തൈകൾ നടുക.

‘പുലാസാൻ’ എന്നത് മലയൻ പദമാണ്. ‘പുലാസ്’ എന്നാൽ മലയൻ ഭാഷയിൽ ‘ചുറ്റിത്തിരിക്കുക’ എന്നർത്ഥം. വിളഞ്ഞപഴം വിളവെടുക്കുന്ന സമയത്ത് ഒരു കൈയിൽ പഴം കുത്തനെ പിടിച്ച് മറുകൈകൊണ്ട് കുപ്പിയുടെ അടപ്പു തുറക്കുന്ന രീതിയിൽ ഒന്ന് വട്ടം തിരിച്ചാണ് ഇത് അടർത്തിയെടുക്കുന്നത്. തോടു തന്നെ വട്ടത്തിൽ മുറിഞ്ഞ് അടർന്നു പോരുന്ന ഈ വിളവെടുപ്പു രീതിയിൽ നിന്നാണ് ഈ മധുരഫലത്തിന് ‘പുലാസാൻ’ എന്ന പേരു കിട്ടിയത്.

ഫിലോസാന്റെ ബഡ്സ് തൈകൾ നടാൻ കിട്ടും. ഇത് എല്ലുപൊടിയും ചാണകപ്പൊടിയും അടിവളമായി ചേർത്തൊരുക്കിയ കുഴിയിൽ നടണം. തുടർന്ന് രണ്ടോ മൂന്നോ തവണ കൂടെ ഈ വളമിടൽ ആവർത്തിക്കാം.

ഫെബ്രുവരി മാസത്തിലാണ് ഫിലോസാൻ പുഷ്പിക്കുന്നത്. ജൂൺ -ജൂലായ് മാസമാകുമ്പോൾ പഴങ്ങൾ വിളവെടുപ്പിന് പാകമാകും. കട്ടിയേറിയ ഞെട്ടുള്ളതിനാൽ പഴം താനേ പൊഴിഞ്ഞു വീഴുകയില്ല. നേരത്തെ പറഞ്ഞതുപോലെ ചുറ്റിത്തിരിച്ച് അടർത്തിയെടുക്കുകയാണ് പതിവ്. ബഡ്ഡു തൈകൾ മൂന്നാം വർഷം കായ്ക്കുമെങ്കിലും നന നിർബന്ധമാണ്; പ്രത്യേകിച്ച് വേനൽക്കാലത്ത് വിത്തു പാകിയുണ്ടാക്കുന്ന തൈകൾ കായ്ക്കാൻ കൂടുതൽ കാലതാമസം ഉണ്ടാകും എന്നതിനാൽ ബഡ്ഡു തൈകൾക്കാണ് ഇന്ന് ഏറെ പ്രിയം. കീട-രോഗബാധ താരതമ്യേന കുറവാണിതിന്. അതുകൊണ്ടു തന്നെ രാസവളങ്ങളും രാസകീടനാശിനികളും ഒഴിവാക്കിയുള്ള ജൈവകൃഷിക്ക് ഏറ്റവും ഇണങ്ങിയ ഒരു ഫലവൃക്ഷം കൂടെയാണിത്.

കേരളത്തിലെ വിപണിയിൽ ഇന്ന് ഫിലോസാന് ആവശ്യക്കാരേറെയാണ്. പഴത്തിന് ഒരു കിലോയ്ക്ക് 120 രൂപ വരെ വിലയുണ്ട്. ഫിലോസാൻ പച്ചയായി ഭക്ഷിക്കാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നവരും ധാരാളം. പച്ച ഫിലോസാന് ബദാമിന്റെ സ്വാദാണ് കട്ടിയുള്ള പുറം തോടായതിനാൽ ഫിലോസാൻ പഴത്തിന് കുറേനാൾ 'ഫാംഫ്രെഷ്' ആയി നിലനിൽക്കാനും പ്രകൃതി കഴിവു നൽകിയിരിക്കുന്നു.

മേന്മകൾ

പോഷകസമൃദ്ധമാണ് ഫിലോസാൻ പഴം. ധാരാളം ജീവകം സി, മാംസ്യം, കാത്സ്യം, ഇരുമ്പ്, കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ് എന്നിവ അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

100 ഗ്രാം ഫിലോസാൻ പഴത്തിലടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പോഷകഘടകങ്ങൾ നോക്കാം.

മാംസ്യം	-	0.82 ഗ്രാം
കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്	-	12.86 ഗ്രാം
നാര് (ഭക്ഷ്യയോഗ്യം)	-	0.14 ഗ്രാം
കൊഴുപ്പ്	-	0.55 ഗ്രാം
കാത്സ്യം	-	0.05 മില്ലിഗ്രാം
ഇരുമ്പ്	-	0.002 മില്ലിഗ്രാം

പഴത്തിന്റെ പഴുത്ത കാമ്പുപയോഗിച്ച് സ്വാദിഷ്ടമായ ജാം തയ്യാറാക്കു

ന്ന പതിവുണ്ട്. ഇതിന്റെ കുരു തിളപ്പിച്ചോ വറുത്തോ എടുത്ത് കൊക്കോയോട് സമാനമായ ഒരു ലഘുപാനീയം തയ്യാറാക്കുന്നു. വിത്തിൽ നിന്നെടുക്കുന്ന എണ്ണ സോപ്പു നിർമ്മാണത്തിനുപയോഗിക്കുന്നു. ഇലകളും വേരും ഔഷധസ്വഭാവമുള്ള കൂട്ടുകൾ തയ്യാറാക്കാൻ എടുക്കുന്നു. ഇത് ഉത്തമ വിരനാശിനിയാണ്.

* മാങ്കോസ്റ്റീൻ – പഴങ്ങളുടെ റാണി

വിദേശിയെങ്കിലും കേരളത്തിലെ മണ്ണിൽ നന്നായി വേരോടുന്ന ഫലവൃക്ഷമാണ് മാങ്കോസ്റ്റീൻ. കടും വയലറ്റ് നിറമുള്ള ഫലത്തിനു മുകളിൽ കിരീടം വച്ചതുപോലെയുള്ള ഞെട്ടാണ് ഈ പഴത്തിന്റെ വേറിട്ട മുഖമുദ്ര. ഉള്ളിലാണ് മാധുര്യവും പോഷകഗുണവും സമ്മേളിക്കുന്ന കാമ്പ്. സവിശേഷരൂപവും ഗുണമേന്മയും ഇണങ്ങിയ മാങ്കോസ്റ്റിൻ പഴത്തിന് 'പഴങ്ങളുടെ റാണി' എന്നും ഓമനപ്പേരുണ്ട്.

ഉഷ്ണമേഖലാ പ്രദേശങ്ങളിൽ വളരാൻ യോജിച്ച ഉത്തമഫലവൃക്ഷമാണ് മാങ്കോസ്റ്റീൻ. ഇന്തോനേഷ്യയിലെ സുണ്ടാ ദ്വീപുകളും മൊളുക്കാസുമാണ് ഇതിന്റെ ജന്മദേശം. തായ്‌ലാന്റ്, മലേഷ്യ, ഫിലിപ്പീൻസ്, ബ്രസീൽ, ഹോണ്ടുറാസ് എന്നിവിടങ്ങളിൽ മാങ്കോസ്റ്റീൻ വ്യാപകമായി കൃഷി ചെയ്യുന്നു.

പരിചയം

പരമാവധി 25 മീറ്റർ വരെ ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന നിത്യഹരിതഫലവൃക്ഷമാണ് മാങ്കോസ്റ്റീൻ. നന സൗകര്യമുള്ള സ്ഥലങ്ങളിൽ തണലും കൂടയു

ണ്ടെങ്കിൽ മാങ്കോസ്റ്റീൻ നന്നായി വളർത്താം. വിത്തു മുഖേനയാണ് പ്രധാനമായും പ്രജനനം. ഒരു കായയിൽ നിന്ന് മുളയ്ക്കാൻ കഴിവുള്ള ഒന്നോ രണ്ടോ വിത്തെങ്കിലും കിട്ടും. എന്നാൽ വിത്തിനൊരു പോരായ്മയുണ്ട്. വളരെ വേഗം അതിന് മുളയ്ക്കാനുള്ള കഴിവ് നഷ്ടപ്പെടും. അതിനാൽ വിത്തെടുത്ത ഉടൻ തന്നെ അത് മാധ്യമത്തിൽ പാകാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. 2-3 ആഴ്ച കൊണ്ട് വിത്തു മുളച്ച് തൈയ്യാകും. തൈകളും സാവധാന വളർച്ചക്കാരാണ്. ഇതിന് ആദ്യത്തെ 3-4 വർഷക്കാലം 75% വരെ തണൽ വേണം. പിന്നീടേ കൂടുതൽ വെളിച്ചം നേരിടാൻ കഴിവുണ്ടാകുകയുള്ളൂ. ഒന്നു രണ്ടു വർഷം പ്രായമായ തൈകൾ പ്രധാനകൃഷി സ്ഥലത്തേയ്ക്ക് മാറ്റി നടാം. വളക്കൂറും നീർവാർച്ചയും തെല്ലു പുളിയും ജൈവ സമൃദ്ധവുമായ മണ്ണാണ് മാങ്കോസ്റ്റീൻ വളരാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുക.

വശം ചേർത്തൊട്ടിക്കൽ, ആപ്പൊട്ടിക്കൽ എന്നീ കായിക പ്രവർത്തദ്ധരീതികൾ മുഖേനയും ഇതിൽ വംശവർധന നടത്താം. ഓട്ടു തൈകൾ ആറു മാസം കൊണ്ട് നടാൻ പാകമാകും. 90x90x90 സെ.മീ. വലുപ്പത്തിലുള്ള കുഴികൾ 9 മീറ്റർ അകലത്തിൽ എടുത്ത് അതിൽ തൈ നടണം. നല്ല വളർച്ചക്ക് കാര്യമായി വളവും നൽകാം. കാലി വളം, കമ്പോസ്റ്റ് തുടങ്ങിയ ജൈവവളങ്ങളാണു നന്ന്. ഓരോ മരത്തിനും 5 കിലോഗ്രാം വീതം എല്ലുപൊടിയും 10 കിലോഗ്രാം വീതം ഉണങ്ങിയ ചാണകപ്പൊടിയുമാണ് മുഖ്യം. ഇത് മൂന്നു തവണയായി നൽകും.

പത്തുവർഷം പ്രായമായ ഒരു മരത്തിന് കുറഞ്ഞത് 50 കിലോയെങ്കിലും ജൈവവളം നൽകണം. വിത്തു മുളച്ചുണ്ടാകുന്ന തൈകൾ കായ്ച്ചുതുടങ്ങാൻ 8 മുതൽ 15 വർഷം വരെ എടുക്കുമ്പോൾ, ഒട്ടു തൈകൾ കായ്പിടിക്കാൻ 6-7 വർഷം മതി. തണൽ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതാകയാൽ മാങ്കോസ്റ്റീൻ തെങ്ങിൻതോപ്പിലും വീട്ടുവളപ്പിലും ഒക്കെ ഇടവിളായും നട്ടു വളർത്താം. വളരെ സാവധാന വളർച്ചയുള്ളതാണ് മാങ്കോസ്റ്റീൻ മരം.

ഫെബ്രുവരി പകുതിയാകുമ്പോൾ മാങ്കോസ്റ്റീൻ മരങ്ങൾ പൂവിടാൻ തുടങ്ങും. മാർച്ച് പകുതിയോടെ പൂവിടൽ കഴിയും. മൂന്നു മാസമാണ് കായ്കൾ മൂപ്പെത്താൻ വേണ്ട സമയം. ജൂൺ - ജൂലായ് മാസമാണ് വിളവെടുപ്പ്. വിളവെടുപ്പിനോടൊപ്പം മഴക്കാലവുമായി ചേർന്ന് നേരത്തെ സൂചിപ്പിച്ച വളപ്രയോഗവും നടത്താം. പച്ച നിറമുള്ള കായ്കൾക്ക് വയലറ്റ് നിറമാകുമ്പോഴേക്കും വിളവെടുക്കാം. ഇരുപതു വർഷത്തിനുമേൽ പ്രായമായ ഒരു മരത്തിൽ നിന്ന് പരമാവധി 500 കായ് വരെ കിട്ടും.

മേന്മകൾ

മാങ്കോസ്റ്റീൻ പഴങ്ങൾ പോഷകസമ്പന്നമാണ്. 100 ഗ്രാം പഴത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പോഷകഘടകങ്ങൾ നോക്കാം.

കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്	-	6.20 ഗ്രാം
കൊഴുപ്പ്	-	0.1 - 1 ഗ്രാം
മാംസ്യം	-	0.6 ഗ്രാം
കാത്സ്യം	-	7-11 മില്ലി ഗ്രാം.
ഫോസ്ഫറസ്	-	4-17 മില്ലിഗ്രാം
പൊട്ടാസ്യം	-	19 മില്ലിഗ്രാം
ഇരുമ്പ്	-	.2-1 മില്ലിഗ്രാം
ജീവകം ബി 1	-	0.03 മില്ലിഗ്രാം
ജീവകം ബി 2	-	0.03 മില്ലിഗ്രാം
നിയാസിൻ	-	0.3 മില്ലിഗ്രാം
ജീവകം സി	-	4.2 - 66 മില്ലിഗ്രാം
ജീവകം എ	-	14 ഐ.യു

പഴുത്ത പഴം അതേപടിയും വിവിധ ഉത്പന്നങ്ങളാക്കിയും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. ഇത് ജാം, സ്ക്വാഷ് എന്നിവ തയ്യാറാക്കാൻ ഉത്തമമാണ്. പഴത്തൊലി ഉണക്കിപ്പൊടിച്ചത് അതിസാരം, വയറുകടി എന്നിവയ്ക്കും വിവിധ ചർമ്മരോഗങ്ങൾക്കും ഉത്തമ മരുന്നാണ്. ഇലകളിട്ട് തയ്യാറാക്കുന്ന ചായ പനി കുറയാനും മൂത്രാശയ സംബന്ധമായ തകരാറുകൾക്ക് പ്രതിവിധിയുമാണ്. കൊമ്പു കോതി നിയതരൂപത്തിൽ ഒതുക്കി വളർത്തിയാൽ തിളങ്ങുന്ന പച്ചിലകൾ നിറഞ്ഞ മാങ്കോസ്റ്റീൻ മികച്ച ഒരു അലങ്കാര വൃക്ഷം കൂടെയാണ്.

ലിച്ചി

ചൈനക്കാരുടെ പ്രിയപ്പെട്ട പഴമാണ് ലിച്ചി. ഇത് ഇന്ത്യയിലെത്തിയതും ചൈനയിൽ നിന്നാണ്. ഉത്തരേന്ത്യൻ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ വിപുലമായി വളർത്തുന്നുവെങ്കിലും കേരളത്തിൽ ഇതിന്റെ കൃഷി പരിമിതമാണ്. എങ്കിലും ഇവിടെയും രാത്രികാലത്ത് ദീർഘനേരം തണുപ്പ് അനുഭവപ്പെടുന്ന പ്രദേശങ്ങളിൽ ലിച്ചി വളരും; വിശേഷിച്ച് ഹൈറേഞ്ചുകളിൽ.

പരിചയം

ഇടത്തരം ഉയരത്തിൽ വളരുന്ന ഇലഞ്ഞെരുക്കമുള്ള നിത്യഹരിത മരമാണ് ലിച്ചി. 15-20 മീറ്റർ വരെ ഉയരും തളിരിലയ്ക്ക് ചെമ്പു നിറമാണ്. പരമാവധി 30 കായ്കൾ വീതമുള്ള കുലകളായാണ് ലിച്ചിപ്പഴം ഉണ്ടാകുക. കായയുടെ പുറംഭാഗം പിങ്ക് കലർന്ന ചുവപ്പു നിറമാണ്. തോട് പരുപരുത്തതാണ്.

ഇതിന്റെ ഉള്ളിൽ മുന്തിരിപ്പഴത്തോട് സാമ്യമുള്ള ഉൾഭാഗവും അതിനുള്ളിലെ വെളുത്ത കഴമ്പ് സ്വാദിഷ്ടവും ജീവകം സിയുടെ ശേഖരവുമാണ്.

ചൈന, തായ്‌ലാന്റ്, വിയറ്റ്നാം, ജപ്പാൻ, ബംഗ്ലാദേശ്, എന്നിവയാണ് ലിച്ചിക്കൃഷി വ്യാപകമായി നടത്തുന്ന മുഖ്യ നാടുകൾ. ഉത്തരേന്ത്യയിൽ, വിശേഷിച്ച് ബീഹാറിലാണ് ഇന്ത്യയിലെ ലിച്ചി ഉല്പാദനത്തിന്റെ 75 ശതമാനവും കേന്ദ്രീകരിച്ചിരിക്കുന്നത്. നീർവാർച്ചയും നേരിയ വളക്കൂറുമുള്ള മണ്ണിൽ ലിച്ചി നന്നായി വളരും. നിറയെ പച്ചിലകളും ചുവന്ന കായ്കളും പിടിച്ചു വളരുന്ന മരം അലങ്കാരത്തിനും വളർത്തുക പതിവാണ്.

വിത്തുതൈകൾ നട്ടു വളർത്താം. എന്നാൽ ഇവയ്ക്ക് മാതൃവൃക്ഷത്തിന്റെ ഗുണങ്ങൾ എല്ലാം കാണണമെന്നില്ല. കായ്ക്കാൻ 5 മുതൽ 15 വർഷം വരെ എടുക്കുകയും ചെയ്യും. എന്നാൽ വായുവിൽ പതിവച്ചെടുത്ത തൈകൾ 2 മുതൽ 5 വർഷം കൊണ്ട് കായ് പിടിക്കും. മൂന്നു മീറ്റർ നീളവും നാലര മീറ്റർ വീതിയുമുള്ള കുഴികൾ 10–12 മീറ്റർ അകലത്തിൽ എടുത്താണ് ഒട്ടു തൈകൾ നടുക. തൈച്ചുവട്ടിൽ ജൈവപ്പുതയിടുന്നതും നന്ന്. വർഷത്തിൽ രണ്ടു തവണയാണ് വള പ്രയോഗം; അതും ജൈവവളങ്ങൾ. വളർന്ന മരങ്ങളുടെ കൊമ്പുകോതൽ വലിയ കായ്കൾ ഉണ്ടാകാൻ സഹായിക്കും. നട്ട് ആറു വർഷമായാൽ കായ് പിടിക്കുവാൻ തുടങ്ങുകയായി.

കായ്കൾക്ക് പൂർണ്ണ നിറമാകുമ്പോൾ വിളവെടുക്കാം. ദൂരസ്ഥലങ്ങളിലേക്ക് അയയ്ക്കാൻ പാതി നിറമെത്തിയ കായ്കളാണു നല്ലത്. അഞ്ചുവർഷം പ്രായമായ ഒരു മരത്തിൽ നിന്ന് 500 ലിച്ചപ്പഴം വരെ കിട്ടും. ഇരുപതു വർഷമാകുമ്പോൾ ഇത് 4000 – 5000 എന്ന തോതിൽ വർധിക്കുകയും ചെയ്യും.

പുതുതായി വിളവെടുത്ത ലിച്ചിപ്പഴത്തിന് നാലഞ്ചു ദിവസം വരെ മാത്രമേ സ്വത: സിദ്ധമായ നിറം നിലനിർത്താൻ കഴിയൂ. ഇലകളോ മറ്റോ കൊണ്ടു മറച്ച ചൂരൽക്കൂടകളിൽ ലിച്ചി വിളവെടുത്ത് സൂക്ഷിക്കാം. ഇലകൾ, കടലാസുകഷണങ്ങൾ, പഞ്ഞി എന്നിവ നിറച്ച പോളിത്തീൻ സഞ്ചികളിൽ ലിച്ചിപ്പഴം രണ്ടാഴ്ച വരെ നിറം മങ്ങാതെയിരിക്കും എന്ന് കണ്ടിരിക്കുന്നു. എന്നാൽ നനവ് തെല്ലുമില്ലാത്ത, ശീതീകരിച്ച സാഹചര്യങ്ങളിൽ പഴം രണ്ടു വർഷം വരെ സൂക്ഷിക്കാം. ചൈനയിൽ ലിച്ചി, സൂര്യപ്രകാശത്തിലാണ് ഉണക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നത്. കയറ്റുമതിക്കുവേണ്ടിയാണിത്. ചൈനയിൽ നിന്നുള്ള ലിച്ചി ഇറക്കുമതി അമേരിക്ക നിർത്തലാക്കിയതോടെ, ഇന്ത്യ ഇപ്പോൾ ഈയവസരം പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്തിവരികയാണ്. ഉണങ്ങിയ ലിച്ചിപ്പഴം ഭദ്രമായി ടിന്നുകളിലടച്ച് മണത്തിനോ രൂപത്തിലനോ യാതൊരു മാറ്റവുമില്ലാതെ സാധാരണ ഊഷ്മാവിൽ ഒരു വർഷത്തോളം സൂക്ഷിക്കാം.

തോലുകളഞ്ഞ വിളഞ്ഞ ലിച്ചിപ്പഴം ഫ്രൂട്ട് സലാഡ്, ഐസ്ക്രീം എന്നിവയിൽ ചേർത്തുപയോഗിച്ചാൽ അതീവ ഹൃദ്യമാണ്. ലിച്ചി സർബത്ത് സ്വാദിഷ്ടമായ പാനീയമാണ്. വിളവെടുത്ത പഴത്തിൽ നിന്ന് ചാറ് വേർതിരിച്ചെടുത്ത് അത് ജലാറ്റിൻ, ചൂടുപാൽ, ക്രീം, പഞ്ചസാര, നാരങ്ങാനീര് എന്നിവയുമായി ചേർത്ത് തണുപ്പിച്ചാൽ ഒന്നാംതരം ലിച്ചി സർബത്ത് തയ്യാറാക്കാം.

തൊലികളഞ്ഞ്, വിത്തു നീക്കം ചെയ്ത ലിച്ചിപ്പഴം പഞ്ചസാര ലായനിയിൽ ക്യാൻ ചെയ്ത് നിരവധി വർഷം സൂക്ഷിക്കാം. ചെറിയ തോതിൽ അച്ചാറിടാനും, സോഡ, വീഞ്ഞ് എന്നിവ തയ്യാറാക്കാനും ലിച്ചി ഉപയോഗിക്കുന്നു. ലിച്ചിപ്പഴം ചെറുതായി കൊത്തിയരിഞ്ഞ്, ലിച്ചിച്ചാറും ഒരു ശതമാനം പെക്റ്റിനും സിട്രിക് ആസിഡും ചേർത്ത് തയ്യാറാക്കുന്ന ലിച്ചി ജെല്ലി സ്വാദിലും ഗുണത്തിലും മികച്ചതാണ്.

ലിച്ചി മരങ്ങൾക്കടുത്തു വച്ച തേനീച്ചക്കൂട്ടിൽ നിന്ന് ധാരാളം തേൻ കിട്ടും. ഈ തേനിന്റെ മധുര ഗന്ധം ഒന്നു വേറെ തന്നെ. പെട്ടെന്ന് പരൽ കെട്ടുകയില്ല.

മേന്മ

പോഷകമികവിലും ഔഷധ ഗുണത്തിലും ലിച്ചി ഒട്ടും പിന്നിലല്ല.

100 ഗ്രാം ലിച്ചിപ്പഴത്തിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന പോഷകഘടകങ്ങൾ നോക്കാം.

കാർബോഹൈഡ്രേറ്റ്	–	16.5 ഗ്രാം
നാര് (ഭക്ഷ്യയോഗ്യം)	–	1.3 ഗ്രാം.
കൊഴുപ്പ്	–	0.4 ഗ്രാം
മാംസ്യം	–	0.8 ഗ്രാം
ജീവകം സി	–	72 മില്ലി ഗ്രാം
കാത്സ്യം	–	5 മില്ലി ഗ്രാം
മഗ്നീഷ്യം	–	10 മില്ലി ഗ്രാം
ഫോസ്ഫറസ്	–	31 മില്ലിഗ്രാം.

ജീവകം സി സമൃദ്ധമാകയാൽ ഒരു ദിവസം ശരാശരി ഒൻപത് ലിച്ചിപ്പഴങ്ങൾ കഴിച്ചാൽ പ്രായപൂർത്തിയായ ഒരാളിന്റെ ജീവകാവശ്യം നിറവേറ്റാം എന്ന് കണ്ടിരിക്കുന്നു. ലിച്ചിപ്പഴത്തിൽ പൂരിതകൊഴുപ്പും സോഡിയവും തീരെ കുറവാണ് എന്നയനുഗ്രഹവുമുണ്ട്. അതുകൊണ്ടുതന്നെ കൊളസ്ട്രോൾ സാധ്യതയും തെല്ലുമില്ല.

പരിമിതമായ അളവിൽ ലിച്ചിപ്പഴം, ചുമ, ഗ്രന്ഥിവീക്കം, ട്യൂമർ തുടങ്ങിയ രോഗങ്ങളുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് ഉപയോഗിക്കുന്നു. ലിച്ചിപ്പഴം കഴിച്ചാൽ ആമാശയത്തിലെ അൾസർ ശമിക്കും. ലിച്ചിവിത്ത് വേദനാസംഹാരിയാണ് പഴത്തിന്റെ തോലുപയോഗിച്ച് തയ്യാറാക്കുന്ന ചായ, വസൂരിക്കലകൾ മായാനും, അതിസാരം അകറ്റാനും ഉത്തമൗഷധം. ലിച്ചിവിത്ത് പൊടിച്ചത് ഉദരാസ്വാസ്ഥ്യങ്ങൾക്കു മരുന്നാണ്. വേര്, തണ്ട്, പൂവ് എന്നിവയിട്ടു തിളപ്പിച്ച വെള്ളം തൊണ്ടയിൽ കൊള്ളാൻ നന്ന്.

ആയിരം മീറ്ററിനു മേൽ ഉയരമുള്ള തണുപ്പുപ്രദേശങ്ങളിലാണ് ലിച്ചിപ്പഴങ്ങൾ ഉണ്ടാകാൻ നന്ന്. സമതലങ്ങളിലും വളരുമെങ്കിലും വിളവ് കാര്യമായുണ്ടാകില്ല.

തൈകൾ കിട്ടാൻ

റമ്പുട്ടാൻ, ഫിലോസാൻ, മാങ്കോസ്റ്റിൻ എന്നിവയുടെ ഒട്ടുതൈകളും വിത്തു തൈകളും കേരളത്തിൽ വിവിധ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ വാങ്ങാൻ കിട്ടും. ഇവിടെ ശ്രദ്ധിക്കാനുള്ള ഒരു കാര്യം കഴിയുമെങ്കിൽ ഒട്ടുതൈകൾ വാങ്ങി നട്ടുവളർത്തുക എന്നതാണ്. വിത്തു തൈകളാണ് നടുന്നതെങ്കിൽ അവ കായ്ക്കാൻ ഒട്ടുതൈകളെക്കാൾ കാലതാമസമുണ്ടാകും. കേരള കാർഷിക സർവ്വകലാശാലയുടെ വെള്ളായണി (തിരുവനന്തപുരം) മണ്ണുത്തി (തൃശ്ശൂർ), അമ്പലവയൽ (വയനാട്) എന്നിവിടങ്ങളിൽ ഇവയുടെ മികച്ച ഒട്ടുതൈകളും വിത്തുതൈകളും വാങ്ങാൻ കിട്ടും. കൂടാതെ അംഗീകൃത നഴ്സറികളും ഇവയുടെ തൈകൾ വിൽപ്പന നടത്തുന്നു. വിശ്വസനീയമായ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നു മാത്രം തൈകൾ വാങ്ങാനും വളർത്താനും സദാ ശ്രദ്ധിക്കണം.