

ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣು ಸಂಸ್ಕರಣೆ ಮತ್ತು ಪೌಲ್ಯವರ್ಧನೆ



12. ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಪೌಲ್ಯವರ್ಧನೆ

- ಹಲಸಿನ ಬೀಜ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದು ತಿನ್ನಲು ರುಚಿಕರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.
- ಹಸಿ ಹಲಸಿನ ಬೀಜಗಳಿಂದ ವಡೆಗಳು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.
- ಬೀಜದ ಪಿಟ್ಟನ್ನು ಗೋಧಿ ಪಿಟ್ಟಿನ ಜೊತೆ (1:1 ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ) ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಚಪಾತಿ ತಯಾರಿಸಬಹುದು.
- ಬೀಜದ ಪಿಟ್ಟನ್ನು ಮೈದಾ ಪಿಟ್ಟಿನ ಜೊತೆ (1:1 ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ) ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಬಿಸ್ಕತ್ತು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.
- ಬೀಜದ ಪಿಟ್ಟನ್ನು ಕಡಲೆ ಪಿಟ್ಟಿನ ಜೊತೆ (1:1 ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ) ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಯೊಂಡಾ ತಯಾರಿಸಬಹುದು.



13. ಹಲಸಿನ ಬೀಜದ ಬರ್ಫಿ

- 1/2 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ ಕವಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- 1. ಕಿ.ಗ್ರಾಂ. ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಸಣ್ಣ ಉರಿಯಲ್ಲಿ ಕಲಕುತ್ತಾ ಪಾಕ ಬಂದ ನಂತರ ತುಪ್ಪ, ಗೋಡಂಬಿ, ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಏಲಕ್ಕಿ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಬೇಕು.
- ತುಪ್ಪ ಸವರಿದ ತಟ್ಟಿಗೆ ಸುರಿದು ಬಿಸಿಯಿರುವಾಗಲೇ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಬೇಕು.



ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ

ಹಿರೇಹಳ್ಳಿ, ತುಮಕೂರು-572168

ದೂರವಾಣಿ : 0816-2243175 / 77

ಲೇಖಕರು:

ರಾಧಾ ಆರ್.ಬಣಕಾರ

ಸೋಮಶೇಖರ್

ಲೋಗಾನಂದನ್. ಎನ್



ಭಾ.ಕೃ.ಅ.ಪ.- ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ

ICAR - KRISHI VIGYAN KENDRA (IIHR)

ಹಿರೇಹಳ್ಳಿ, ತುಮಕೂರು Hirehalli, Tumakuru-572168

Phone : 0816-2243175 / 77

E-mail : iihrkvk@gmail.com

Website : www.iihrkvk.org



ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಮತ್ತು ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನಗಳು

1. ಸಂಸ್ಕರಿಸಿದ ಹಲಸಿನ ತಿರುಳು

- ಬೀಜರಹಿತ ಸ್ವಚ್ಛವಾದ ಹಲಸಿನ ತೊಳೆಗಳನ್ನು ಮಿಕ್ಸಿ ಅಥವಾ ಗ್ರೈಂಡರ್‌ನಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ರುಬ್ಬಿದ 100 ಗ್ರಾಂ ತಿರುಳಿಗೆ 01 ಗ್ರಾಂ ಸೋಡಿಯಂ ಬೆಂಜೋಯೇಟ್ (ರಾಸಾಯನಿಕ ರಕ್ಷಕ ವಸ್ತು) ಬೆರೆಸಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡುವುದು.
- ನಂತರ ಈ ತಿರುಳಿನ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಒಣಗಿಸುವ ಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ 80-85 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆ. ಉಷ್ಣಾಂಶದ ಬಿಸಿಗಾಳಿಯಿಂದ ಒಣಗಿಸಬೇಕು.
- ತಿರುಳಿನ ತೇವಾಂಶದ ಮಟ್ಟವು ಶೇ.20-22 ರಷ್ಟಾಗುವವರೆಗೆ ಒಣಗಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ತಿರುಳನ್ನು 20-22 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆ. ಉಷ್ಣಾಂಶದಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿಡಬೇಕು.
- ಇದನ್ನು ಶರಬತ್ತು, ಜಾಮ್, ಬಿಸ್ಕತ್, ಜ್ಯೂಸ್ ತಯಾರಿಸಲು ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

2. ಹಲಸಿನ ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್

- ಚೆನ್ನಾಗಿ ಹಣ್ಣಾದ ಬೀಜರಹಿತ ತೊಳೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ನೀರು ಸೇರಿಸಿ ರುಬ್ಬುವ ಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹಾಕಿ ಮಿಶ್ರಣ ತಯಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಒಂದು ಕಿ.ಗ್ರಾಂ. ತಿರುಳಿಗೆ ನಾಲ್ಕು ಲೀ. ನೀರನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, 350 ಗ್ರಾಂ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಬೇಕು.
- 5 ಗ್ರಾಂ. ಸಿಟ್ರಿಕ್ ಆಮ್ಲ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ, ತೆಳುವಾದ ಬಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಶೋಧಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- 15 ನಿಮಿಷ 800 ಡಿಗ್ರಿ ಸೆ. ಉಷ್ಣಾಂಶದಲ್ಲಿ ಪಾಶ್ಚರೀಕರಣ ಮಾಡಬೇಕು.
- ನಿಷ್ಕ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದ ಬಾಟಲುಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಭದ್ರಪಡಿಸಿ ತಂಪು ಮಾಡಿ ಮಾರಾಟಕ್ಕೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು.



3. ಹಲಸಿನ ಚಿಪ್ಸ್

- ಹಣ್ಣಾಗದ (ಕಾಯಿ) ಬೀಜರಹಿತ ತೊಳೆಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣ ಹಾಗೂ ಉದ್ದನೆಯ ಹೋಳುಗಳಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಬೇಕು.
- ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಯ್ದ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಂದು ಬಣ್ಣ ಬರುವ ತನಕ ಕರಿಯಬೇಕು.
- ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಪುಡಿಯನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಬೇಕು.



4. ಹಲಸಿನ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

- ಎಳೆಯ ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿಗಳಿಂದ / ದಿಂಡಿನಿಂದ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ತಯಾರಿಸಬಹುದು.
- ತೊಳೆಗಳ ಹೋಳು / ದಿಂಡಿನ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಉಪ್ಪು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ 2-6 ದಿವಸ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಬೇಕು.
- ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ ಮತ್ತು ಒಣಗಿದ ಚೂರುಗಳನ್ನು ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿಯಬೇಕು.
- ಮೆಣಸಿನಪುಡಿ, ಸಾಸಿವೆ ಮತ್ತು ಜೀರಿಗೆ ಪುಡಿ ಬೆರೆಸಬೇಕು.
- ಹುಳಿರಸ (Vinegar) ಬೆರೆಸಬೇಕು (30 ಮಿ.ಲೀ. / 1 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ).
- ತಣ್ಣಗಾದ ಮೇಲೆ ಶುಚಿಯಾದ ಗಾಜಿನ ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯಾಡದಂತೆ ಮುಚ್ಚಿಡಬೇಕು.



5. ಹಲಸಿನ ಕಾಯಿ ಹಪ್ಪಳ

- ಹಲಸಿನ ತೊಳೆಯನ್ನು ಹಬೆಯಲ್ಲಿ ಬೇಯಿಸಬೇಕು.
- ಜೀರಿಗೆ, ಕೊತ್ತಂಬರಿ, ಇಂಗು, ಉಪ್ಪು, ಮೆಣಸು, ಅರಿಶಿನ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಪುಡಿ ಸೇರಿಸಬೇಕು.
- ಬೇಯಿಸಿದ ಹಲಸಿನ ತೊಳೆ ಮತ್ತು ಮಸಾಲ ಮಿಶ್ರಣ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಉಂಡೆಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ಒತ್ತಿ ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಕೆಂಡದಲ್ಲಿ ಸುಟ್ಟು ಅಥವಾ ಎಣ್ಣೆಯಲ್ಲಿ ಕರಿದು ಸೇವಿಸಬಹುದು.



6. ಹಲಸಿನ ಬರ್ಫಿ

- ಹಣ್ಣಾಗದ ತೊಳೆಗಳನ್ನು ಸಣ್ಣಗೆ ಹಚ್ಚಿ ರುಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಅರ್ಧ ಕೆ.ಜಿ. ಸಕ್ಕರೆ ಪಾಕಕ್ಕೆ ರುಬ್ಬಿದ ಒಂದು ಕೆ.ಜಿ ಗಟ್ಟಿ ರಸವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಕಲಕುತ್ತಿರಬೇಕು.
- ಗಟ್ಟಿ ಪಾಕ ಬಂದಾಗ ಒಣ ದ್ರಾಕ್ಷಿ, ಗೋಡಂಬಿ ಸೇರಿಸಿ ಇಳಿಸಬೇಕು.
- ಅಗಲವಾದ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ಸುರಿದು ಸ್ವಲ್ಪ ಕಾಲದ ನಂತರ ಬೇಕಾದ ಆಕಾರಕ್ಕೆ ಕತ್ತರಿಸಬೇಕು.

