

सामग्री

- अदरक – 200 ग्राम
- चीनी – 1.5 (300 ग्राम)
- इलायची पाउडर – 1 छोटी चम्मच

विधि

अदरक को धोकर सुखाकर ले लीजिए। इसे छील लीजिए और अदरक को पतले-पतले टुकड़ों में काट कर तैयार कर लीजिए। अदरक के टुकड़ों को उबालने के लिए, इन्हें कुकर में डाल कर इसमें आधा कप पानी डाल दीजिए और कुकर को बंद करके 1 सीटी आने तक पकने दीजिए।

कुकर में 1 सीटी आने के बाद गैस धीमी कर दीजिए, और धीमी आँच पर 10 मिनट इसे पकने दीजिए। 10 मिनट बाद गैस बंद कर दीजिए और कुकर का प्रैशर खत्म होने के बाद कुकर खोलिए।

कुकर का प्रैशर खत्म हो जाने पर कुकर को खोलकर अदरक के टुकड़ों को छलनी से छान कर पानी से अलग कर लीजिए।

चाशनी में अदरक के टुकड़ों को पकाने के लिए 1 बरतन में डेढ़ कप चीनी लीजिए और इसमें 1 कप पानी डाल दीजिए। इसमें अदरक का पानी भी डाल दीजिए। चाशनी को उबलने रख दीजिए। चाशनी में उबाल आने पर चीनी पूरी तरह से घुलकर तैयार हैं। अब अदरक के टुकड़ों को चाशनी में डाल कर मिक्स कर दीजिए। अब इन्हें तेज आँच पर चाशनी के अच्छा गाढ़ा होने तक पका लीजिए।

चाशनी के गाढ़ी होने पर इसमें 1 छोटी चम्मच इलायची पाउडर डाल कर मिक्स कर लीजिए। गैस बंद कर दीजिए और बर्तन को उतारकर जाली स्टैंड पर रख दीजिए। अदरक के टुकड़ों को चाशनी में 10-12 घंटे या पूरी रात रहने दीजिए।

अदरक कैंडी को चाशनी के टुकड़ों में पूरे दिन-रात रखें। रखने के बाद अगले दिन अदरक के टुकड़े चाशनी को अच्छे से एब्जार्ब करके कैंडी बन कर तैयार हैं। चाशनी के जम जाने पर चाशनी को गैस पर रख कर हल्का सा गरम कर लीजिए जिससे वो पूरी तरह से मेल्ट हो जाए और इसमें से अदरक के टुकड़े असाानी से निकल जाएं।

चाशनी के मेल्ट हो जाने पर गैस बंद कर दीजिए और ठंडा होने दीजिए। चाशनी ठंडी हो जाने के बाद अदरक के टुकड़ों को चाशनी में से निकाल कर किसी जाली के ऊपर

अलग-अलग रखते जाएं। बची हुई चाशनी में नींबू का रस मिला कर अदरक-नींबू का शरबत बनाकर तैयार कर सकते हैं। अब इन टुकड़ों को पंखे की हवा के नीचे रख दीजिए ताकि ये पूरी तरह से सूखकर ठीक हो जाए। कैंडी 2-3 घंटे में सूख कर तैयार हो जाती है।

जिंजर कैंडी बनकर तैयार है इसे जाली में से हटाकर प्लेट में निकाल लीजिए। जिंजर कैंडी को एयर टाइट कंटेनर में भरकर रख दीजिए और पूरे 6 महिने तक इसे उपयोग में ला सकते हैं।

सुझाव

बहुत कम रेशे वाला आदरक लीजिए या जिसमें रेशे बिलकुल भी नहीं हों उन्हें ही उपयोग में लीजिए।

अदरक बहुत ज्यादा मुड़ा या गाँठ वाला न हो।

अदरक की छीलन को चाय में डाल कर अदरक का फलेवर दे सकते हैं।



विशेष जानकारी हेतु सम्पर्क करें:

निदेशक प्रसार शिक्षा

प्रसार शिक्षा निदेशालय

दूरभाष : 0510-2730808

ई-मेल : directorextension.rlbcau@gmail.com

प्रकाशित:

कुलपति

राजी लक्ष्मी बाई केन्द्रीय कृषि विश्वविद्यालय

झाँसी 284003, उत्तर प्रदेश (भारत)

मुद्रक : क्लासिक इण्टरप्राइजेज, झाँसी. 7007122381

प्र.शिक्ष.नि./त.प्र.सा.-फोल्डर/2024/114

अदरक के प्रसंस्कृत उत्पाद



घनश्याम अबरोल, अश्वनी कुमार एवं
गौरव शर्मा



प्रसार शिक्षा निदेशालय

रानी लक्ष्मी बाई केन्द्रीय कृषि विश्वविद्यालय

झाँसी 284003, उत्तर प्रदेश (भारत)

वेबसाईट : www.rlbcau.ac.in

अदरक का प्रसंस्करण

भारत मसालों के लिये विश्वभर में प्रख्यात है। भारत न केवल सबसे ज्यादा उत्पादन करने वाला देश है अपितु सबसे ज्यादा उपयोग करने वाला भी है। उत्तर प्रदेश का बुन्देलखण्ड क्षेत्र कुछ एक मसालों के लिये बहुत ही उपयोगी है। यहाँ बहुत समय से विभिन्न प्रकार के मसालों की लोकल किस्में उगाई जा रही हैं। विभिन्न मसालों जो कि इस क्षेत्र में लगाए जा रहे हैं वो इस प्रकार हैं: हल्दी, अदरक, मिर्ची, पान पत्ता इत्यादि। बुन्देलखण्ड की खेती वर्षा पर ही निर्भर है जो कि अब सरकार तथा वैज्ञानिकों की मदद से बहुत तेजी से बदल रही है। चूंकि 90 प्रतिशत लोग केवल किसानों पर निर्भर है तो उनकी आय दुगना करना, जो कि सरकार का भी एक उद्देश्य है, के लिये कुछ एक बिन्दुओं पर ध्यान देना जरूरी है।

जैसे कि :

1. उन्नत किस्मों का उपयोग
2. वैज्ञानिक तरीकों से खेती
3. एकीकृत विधि से रोगों की रोकथाम
4. उचित समय पर फसलों की कटाई
5. फसलो का प्रसंस्करण

अदरक भारत के प्रमुख मसालों में से एक है। भारत, दुनिया का 45 प्रतिशत अदरक उत्पादन करता है और औसतन 15-30 टन प्रति हेक्टेयर का उत्पादन प्राप्त करता है। अदरक व्यावसायिक तौर पर भारत के सभी प्रान्तों में उगाया जाता है। अदरक न केवल एक नकदी फसल है अपितु बहुत से किसान इसकी खेती पर ही निर्भर हैं।

अदरक न केवल सामान्य तौर पर खाया जाता है बल्कि विभिन्न पदार्थों के बनाने में भी उपयोग में लाया जाता है इसका तेल व पाउडर बहुत सी दवाइयों के उपयोग में लाया जाता है। इससे विभिन्न पदार्थ भी बनाये जाते हैं, जोकि आय का एक अच्छा साधन है।

1. अदरक चूर्ण

मिट्टी और गंदगी को हटाने के लिए ताजा अदरक को पानी से साफ किया जाता है। इसे काटा जाता है और नियंत्रित स्थितियों में सुखाया जाता है। परिणामी उत्पाद कटा हुआ

अदरक है। सूखे अदरक को एक पल्वराइजर से गुजारा जाता है और अदरक पाउडर प्राप्त करने के लिए 40 मेश आकार तक पीसा जाता है। यदि जरूरी हो तो अदरक पाउडर को धूप दी जाती है और उपयुक्त मुलायम पाऊच में पैक किया जाता है।

2. अदरक का अचार

- अदरक – 200 ग्राम
- नींबू – 200 ग्राम
- नमक – 1 छोटी चम्मच
- काला नमक – 1 छोटी चम्मच
- हींग – 2-3 पिंच (पिसी हुई)
- हल्दी पाउडर – 1/2 छोटी चम्मच
- काली मिर्च – 1/4 छोटी चम्मच

विधि

अदरक को साफ पानी से धोकर पानी सूखने तक सुखाइये और फिर इसे छील लीजिए। अदरक को छोटे पतले-पतले टुकड़ों में काट लीजिये।

नींबू को धोकर पानी सूखने तक सुखाइये। इसे काटिये और उनका रस निकाल लीजिये।

अदरक के टुकड़ों में हल्दी पाउडर, नमक, काला नमक, हींग, काली मिर्च पाउडर और नींबू का रस डाल दीजिए। सारी चीजों को अच्छे से मिला लीजिए। अचार तैयार है। अचार को रखने के लिए कोई कांच या प्लास्टिक का कन्टेनर ले लीजिए। उस कन्टेनर को गरम पानी से धो लीजिए और धूप में अच्छे से सुखा लीजिए। कन्टेनर एकदम सूखा और साफ होना चाहिए।

अचार को कन्टेनर में भर लीजिए अच्छी तरह ढक्कन बन्द कर दीजिये, और अगर धूप आपके घर में आती है तब इस कन्टेनर को 3 दिन के लिये धूप में रखिये, हर दूसरे दिन अचार को हिला कर नींबू के रस को ऊपर नीचे कीजिये, अगर आपके घर धूप नहीं आती है तब कमरे के अन्दर ही आप अचार के कन्टेनर को रखिये और रोजाना अचार को हिलाते रहिये, अचार को अभी से ही खाना शुरू कर सकते हैं लेकिन 3 दिन बाद अचार का असली स्वाद मिलता है, जो बहुत ही लाजवाब है।

अदरक के अचार को आप 15-20 दिन तक खाइये और अधिक समय तक रखने के लिये अचार में इतना नींबू का रस

और डाल दीजिये कि अचार नींबू के रस में डूबा रहे। अपने डिनर तथा लन्च में अचार खाये यह खाने का स्वाद बढ़ाने के साथ-साथ आपके खाने को पचाने में सहयोग करता है।

सुझाव

अचार को हमेशा सूखे और साफ चमचे से निकाले तथा कन्टेनर नमी की जगह पर नहीं रखें।

3. अदरक पाचक

अदरक पाचक बनाने की सामग्री

- बिना रेशे की अदरक – 250 ग्राम
- नींबू का रस – 2 बड़े चम्मच
- काला नमक – 1 छोटी चम्मच
- नमक – चौथाई चम्मच
- पिसी काली मिर्च – चौथाई चम्मच
- पिसी सोंठ – चौथाई चम्मच

अदरक पाचक बनाने की विधि

- बिना रेशे वाली अदरक साफ पानी से अच्छे से धोकर एक कपड़े पर फैला दे। अदरक का पानी सूखने पर छिलका निकालकर अदरक को पतले व लम्बे टुकड़ों में काट ले।
- नींबू को धोकर साफ कपड़े से पोंछ ले व रस निकाल ले।
- काँच के एक बरतन में अदरक, नींबू का रस व सभी मसाले, काला नमक, नमक, पिसी सोंठ, काली मिर्च डाले अब इसे अच्छी तरह मिलाए।
- सभी मसाले व नींबू मिलाने के बाद इसका रंग हल्का गुलाबी हो जाता है।
- अब इस मसाले लगी अदरक को धूप में सुखाए अच्छी तरह सुखाने के बाद साफ डिब्बे में भरकर रखे।
- तैयार है स्वादिष्ट अदरक पाचक। इसे खाएँ और आनंद लें।
- ध्यान रहे धातु के बर्तन जैसे स्टील, ताम्बे, पीतल आदि के बर्तन में नहीं बनाना चाहिए किसी भी मेटल के बरतन में बनाने से अदरक या बर्तन खराब हो सकते हैं।

4. अदरक मुरब्बा और कैंडी

स्वाद के साथ-साथ आपकी सेहत को भी दुरुस्त करती है, यह अदरक से बनी कैंडी।