



एग्री आर्टिकल्स

(कृषि लेखों के लिए ई-पत्रिका)

वर्ष: 03, अंक: 01 (जनवरी-फरवरी, 2023)

www.agriarticles.com पर ऑनलाइन उपलब्ध

© एग्री आर्टिकल्स, आई. एस. एन.: 2582-9882

रोसेल के खाद्य और औषधीय मूल्य

(लीना प्रीति लकड़ा एवं यशवंत कुमार पटेल)

अटल बिहारी वाजपेयी विश्वविद्यालय, बिलासपुर, छत्तीसगढ़

संवादी लेखक का ईमेल पता: leenapreeti01@gmail.com

रोसेल (*हिबिस्कस सबदारिफा* लिनन।) एक वार्षिक शाकाहारी झाड़ी है जो परिवार से संबंधित है – मालवेसी। इसे एशिया या उष्णकटिबंधीय अफ्रीका का मूल निवासी माना जाता है। यह पौधा व्यापक रूप से कैरिबियन, मध्य अमेरिका, भारत, अफ्रीका, ब्राजील, ऑस्ट्रेलिया, हवाई, फ्लोरिडा और फिलीपींस जैसे उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में घरेलू उद्यान फसल के रूप में उगाया जाता है। रोसेले एक बहुउद्देशीय पौधा है, और एक औषधीय पौधे के रूप में प्रत्याशित है। इसे विभिन्न देशों में विभिन्न स्थानीय नामों से जाना जाता है, रोसेले, करकडे, जोबो, बिसाप, कांगो, आदि; हालाँकि, उनमें से सबसे आम है रोसेल। आमतौर पर, पौधे की खेती उसके तने, पत्तियों और कैलीस के लिए की जाती है।

आकृति विज्ञान

रोसेले एक वार्षिक या बारहमासी जड़ी बूटी या वुडी-आधारित उपश्रेणी है, जो 2–2.5 मीटर (7–8 फीट) लंबा होता है। रोसेल एक वार्षिक खड़ा झाड़ी है जो रोपण से कटाई तक पांच महीने लेता है; इसे बारहमासी भी माना जा सकता है। उनके फाइबर के लिए उगाई जाने वाली प्रजातियां लंबी होती हैं, कम शाखाओं के साथ, कभी-कभी 3–5 मीटर से अधिक ऊंचाई तक बढ़ती हैं। पाक की किस्में कई शाखाओं वाली, झाड़ीदार और आम तौर पर 1–2 मीटर लंबी होती हैं

पत्तियां: गहराई से तीन से पांच लोब वाली, 8–15 सेंटीमीटर (3–6 इंच) लंबी होती हैं, जो उपजी पर वैकल्पिक रूप से व्यवस्थित होती हैं।

फूल: 8–10 सेंटीमीटर (3–4 इंच) व्यास के होते हैं, प्रत्येक पंखुड़ी के आधार पर एक गहरे लाल रंग के धब्बे के साथ सफेद से हल्के पीले रंग के होते हैं।

कैलेक्स: 1–2 सेंटीमीटर (0.39–0.79 इंच) चौड़ा, 3–3.5 सेंटीमीटर (1.2–1.4 इंच) तक बढ़ जाता है और फल परिपक्व होने पर मांसल और गहरा लाल लाल हो जाता है, जिसमें लगभग छह महीने लगते हैं।

रोसेल के विभिन्न भागों का उपयोग

सब्जी: सतपुड़ा प्रदेश (महाराष्ट्र/गुजरात एमपी सीमा के पास) में स्थानीय आदिवासी भाषा में रोसेले को खाते फुले कहते हैं। खटे फुले के पत्तों को हरी मिर्च, नमक, कुछ लहसुन के साथ मिलाकर चटनी और भाजी बनाई जाती है जिसे ज्वार (ज्वार) या बाजरा (बाजरा) से बनी बखो (एक चपटी रोटी) के साथ परोसा जाता है। इसे आदिवासी अपने दिन की शुरुआत करने के लिए नाश्ते के रूप में खाते हैं। खाते फुले के पत्तों से एक सूखी डिश या सुखी बज्जी तैयार की जाती है। आंध्र के व्यंजनों में, रोसेले को गोंगुरा कहा जाता है और इसका व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है। पत्तों को दाल के साथ उबाला जाता है और दाल के साथ पकाया जाता है। मसालों के साथ तली हुई पत्तियों को मिलाकर एक और अनोखा व्यंजन तैयार किया जाता है और गोंगुरा पचड़ी में बनाया जाता है, जो आंध्र और तेलंगाना का सबसे प्रसिद्ध व्यंजन है जिसे अक्सर सभी आंध्र खाद्य पदार्थों का राजा कहा जाता है।

मणिपुरी में, इसे सौगरी कहा जाता है और इसका उपयोग किया जाता है। एक सब्जी के रूप में। यह आम तौर पर कुछ अन्य जड़ी-बूटियों और सूखी मछली के साथ उबालकर बिना तेल के पकाया जाता है और मणिपुरी लोगों का पसंदीदा है। यह पौधा लगभग हर घर में होता है। बर्मी व्यंजनों

में, जिसे चिन बॉग यवेट (जलाया हुआ खट्टा पत्ता) कहा जाता है, रोज़ेले का व्यापक रूप से उपयोग किया जाता है और इसे सस्ती माना जाता है। यह शायद म्यांमार में सबसे अधिक खाई जाने वाली और लोकप्रिय सब्जी है। पत्तियों को लहसुन, सूखे या ताजे झींगे और हरी मिर्च के साथ तला जाता है या मछली के साथ पकाया जाता है। रोसेले के पत्तों और सूखे झींगे के स्टॉक से बना हल्का सूप भी एक लोकप्रिय व्यंजन है। मणिपुर की पाइटस जनजाति में हिबिस्कस सबदरिफ़ा और हिबिस्कस कैनबिनस को स्थानीय रूप से एंथुक के रूप में जाना जाता है, जिसे चिकन, मछली, केकड़ा या सूअर का मांस या किसी भी मांस के साथ पकाया जाता है, और सूप के रूप में उनके पारंपरिक व्यंजनों में से एक के रूप में पकाया जाता है। ख13, मेघालय के गारो हिल्स में इसे गलदा के नाम से जाना जाता है और इसे सूअर के मांस, चिकन या मछली के साथ उबालकर खाया जाता है। मानसून के बाद, पत्तियों को सुखाया जाता है और पाउडर में कुचल दिया जाता है, फिर सर्दियों के दौरान चावल के पाउडर स्टू में पकाने के लिए संग्रहीत किया जाता है, जिसे गलदा गिसी पुरा के नाम से जाना जाता है। मेघालय की खासी पहाड़ियों में, पौधे को स्थानीय रूप से जाजेव के रूप में जाना जाता है, और पत्तियों का उपयोग स्थानीय व्यंजनों में किया जाता है, जिन्हें सूखे और ताजी मछली दोनों के साथ पकाया जाता है। उत्तर पूर्व भारत के बोडो और अन्य स्वदेशी असमिया समुदाय इसके पत्तों को मछली, झींगा या सूअर के मांस के साथ पकाते हैं और इसे सब्जियों के रूप में उबालते हैं जो बहुत पसंद है। कभी-कभी वे इसके तीखेपन को कम करने और स्वाद जोड़ने के लिए करवी या खार नामक देशी लाई मिलाते हैं।

फिलीपींस में, चिकन डिश टिनोला (चिकन स्टू) में खट्टापन जोड़ने के लिए पत्तियों और फूलों का उपयोग किया जाता है। वियतनाम में, मछली या ईल के साथ सूप पकाने के लिए युवा पत्तियों, तनों और फलों का उपयोग किया जाता है। माली में, टिम्बकटू, गाओ और उनके आसपास के क्षेत्रों में, सूखे और जमीन के पत्ते, जिन्हें जिसिमा भी कहा जाता है, आमतौर पर सोंगह व्यंजनों में उपयोग किया जाता है। यह कम से कम दो व्यंजनों में मुख्य घटक है, जिसे जिसिमा-गौंडे कहा जाता है, जहां चावल को धीरे-धीरे पत्तियों और भेड़ के बच्चे के शोरबा में पकाया जाता है, और दूसरी डिश को जिसिमा-माफे कहा जाता है, जहां पत्ते टमाटर सॉस में पकाए जाते हैं। भेड़ सहित। ध्यान दें कि जिसिमा-गौंडे को एक किफायती व्यंजन भी माना जाता है।

पेय पदार्थ: कैरिबियन में, रसेले फल से एक पेय बनाया जाता है (बीज की फली के साथ कैलीस हटा दिया जाता है)। इसे 8 से 10 मिनट (या जब तक पानी लाल न हो जाए) के लिए पानी में ताजा, जमे हुए या सूखे रसगुल्ले को उबालकर तैयार किया जाता है, फिर इसमें चीनी मिला दी जाती है। उबालने के दौरान तेजपत्ता और लौंग भी डाल सकते हैं। ख16, इसे अक्सर ठंडा परोसा जाता है। यह सेंट विसेंट और ग्रेनेडाइंस, त्रिनिदाद और टोबैगो, गुयाना, एंटीगुआ, बारबाडोस, बेलीज, सेंट लूसिया, डोमिनिका, ग्रेनाडा, जमैका, यूएस वर्जिन आइलैंड्स और सेंट किट्स एंड नेविस में किया जाता है जहां पौधे या फल कहा जाता है सोरेल। यह पेय कई सस्ते पेय पदार्थों में से एक है (अगुआस फ्रेस्कास) जो आमतौर पर मैक्सिको और मध्य अमेरिका में सेवन किया जाता है; वे आम तौर पर ताजे फल, रस या अर्क से बने होते हैं। अमेरिका में मैक्सिकन रेस्तरां में, पेय को कभी-कभी जमैका के रूप में जाना जाता है। यह त्रिनिदाद और टोबैगो में विशेष रूप से क्रिसमस पर एक मौसमी पेय के रूप में बहुत लोकप्रिय है जहां दालचीनी, लौंग और तेज पत्ते अदरक को पसंद करते हैं। यह जमैका में भी लोकप्रिय है,

घाना, माली, सेनेगल, द गाम्बिया, बुर्किना फासो, आइवरी कोस्ट और बेनिन कैलीस का उपयोग सामाजिक आयोजनों में लोकप्रिय ठंडे, मीठे पेय तैयार करने के लिए किया जाता है, जिन्हें अक्सर पुदीने की पत्तियों, भंग मेन्थॉल कैंडी और/या फलों के स्वाद के साथ मिलाया जाता है। मध्य पूर्वी और सूडानी फ्लोरकडेष् एक ठंडा पेय है जो सूखे कर्कडे कैलीस को रात भर ठंडे पानी में चीनी और कुछ नींबू या नींबू के रस के साथ ठंडे पानी में भिगोकर बनाया जाता है। इसके बाद फूलों को छानने के बाद बर्फ के टुकड़े के साथ या बिना इसका सेवन किया जाता है। ख18, लेबनान में, कभी-कभी टोस्टेड पाइन नट्स जोड़े जाते हैं। रोज़ेले का उपयोग नाइजीरिया में एक ताजा पेय बनाने के लिए किया जाता है जिसे जोबो के रूप में जाना जाता है और अनानास और तरबूज के प्राकृतिक फलों के रस को जोड़ा जाता है। अदरक को कभी-कभी ताजा पेय में भी मिलाया जाता है

अमेरिका में, हिबिस्कस कूलर के रूप में जाना जाने वाला पेय चाय, एक स्वीटनर और कभी-कभी सेब, अंगूर या नींबू के रस से बनाया जाता है। पेय कुछ जूस कंपनियों द्वारा बेचा जाता है। गुलाब के फल से बने पेय का सेवन अक्सर अफ्रीकी-अमेरिकियों द्वारा सामाजिक या पारिवारिक

समारोहों में किया जाता है, जिसमें जुनेथेन भी शामिल है, जो दासों की मुक्ति का उत्सव है। लाल पेय इस संस्कृति में लोकप्रिय है, क्योंकि यह पैतृक पश्चिम अफ्रीकी और अफ्रीकी अमेरिकी संस्कृति की स्वीकृति है। यूके में, कैरेबियन और एशियाई ग्रॉसर्स में सूखे कैलीस और रेडीमेड सॉरेल सिरप व्यापक रूप से और सस्ते में उपलब्ध हैं। क्रिसमस और नए साल के इन्फ्यूजन बनाने के लिए मुख्य रूप से दिसंबर और जनवरी के दौरान ताजा कैलीस आयात किए जाते हैं, जिन्हें अक्सर रम के साथ कॉकटेल में बनाया जाता है। वे बहुत जल्दी खराब होने वाले होते हैं, तेजी से विकसित हो रहे कवक सड़ांध, और खरीद के तुरंत बाद उपयोग करने की आवश्यकता होती है – सूखे उत्पाद के विपरीत, जिसमें एक लंबी शेल्फ-लाइफ होती है।

अफ्रीका में, विशेष रूप से साहेल, रोसेले का उपयोग आमतौर पर सड़क पर बेची जाने वाली शक्कर वाली हर्बल चाय बनाने के लिए किया जाता है। सूखे फूल हर बाजार में मिल जाते हैं। रोसेल चाय इटली में काफी आम है जहां थाईलैंड में, रोसेल आमतौर पर एक ठंडे पेय के रूप में पिया जाता है, और इसे शराब में बनाया जा सकता है।

जैम और संरक्षित: नाइजीरिया में, रोसेले जैम औपनिवेशिक काल से बनाया जाता रहा है और अभी भी नियमित रूप से सामुदायिक उत्सवों और चौरिटी स्टॉल पर बेचा जाता है। यह बेर जाम के स्वाद में समान है, हालांकि अधिक अम्लीय। यह अन्य जैमों से इस मायने में भिन्न है कि पेक्टिन गुलाब के फूलों की आंतरिक कलियों को उबालने से प्राप्त होता है। इस प्रकार रोसेला जैम को रोसेले बड्स और चीनी के अलावा कुछ भी नहीं बनाया जा सकता है। बर्मा में, रोसेले की कलियों को शसंरक्षित फलशु या जैम में बनाया जाता है। विधि और वरीयता के आधार पर, बीज हटा दिए जाते हैं या शामिल किए जाते हैं। रसगुल्ले की कलियों और चीनी से बने जैम लाल और चटपटे होते हैं। भारत में, रोसेले को आमतौर पर एक प्रकार का अचार बनाया जाता है। रोसेले जैम को क्वींसलैंड, ऑस्ट्रेलिया में एक घर-निर्मित या विशेष उत्पाद के रूप में भ्रूण और अन्य सामुदायिक आयोजनों में बेचा जाता है।

रोसेले स्वाद के साथ दही: योगर्ट बनाने के लिए रोसेले के रस का उपयोग किया जा सकता है जिसमें दिखाया गया है गैस्ट्रोइंटेस्टाइनल कार्यों में सुधार के लिए शानदार स्वास्थ्य लाभ जिसमें लैक्टोज पाचन, लैक्टोज शामिल हैमल-पाचन करने वालों में असहिष्णुता के लक्षण। यह भी कम हुआ कोलेस्ट्रॉल का स्तर और उच्च रक्तचाप से जोखिम कम करें।





रोसेल जैम



रोसेल जेली



रोसेले चाय