

ಎರಡು ಭಾಗ ಮಾಡಿ ಜ್ಯೂಸ್‌ನ್ನು ಹಿಂಡಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನಂತರ ಮೇಲೆ ಸೂಚಿಸಿದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ, ನೀರು ಮತ್ತು ಪೋಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಶುಚಿಯಾದ ಗಾಜಿನ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.

5. ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸಿರಪ್:

ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸ್ವಾಷ್‌ಲ್ಲಿ ಶೇ. 25 ಜ್ಯೂಸ್ ಮತ್ತು ಶೇ 65 ಟಿ.ಎಸ್.ಎಸ್. (ಸಕ್ಕರೆ) ಇರುವುದು.

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು : ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಜೂಸ್: 1 ಲೀಟರ್, ಸಕ್ಕರೆ-2 ಕೆ.ಜಿ. ನೀರು-0.5 ಲೀಟರ್, ಪೋಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ : 2.5 ಗ್ರಾಂ
ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ : ಒಳ್ಳೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ತೊಳೆದು ಎರಡು ಭಾಗ ಮಾಡಿ ಜ್ಯೂಸ್‌ನ್ನು ಹಿಂಡಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿರಿ. ನಂತರ ಮೇಲೆ ಸೂಚಿಸಿದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆ, ನೀರು ಮತ್ತು ಪೋಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ. ಶುಚಿಯಾದ ಗಾಜಿನ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬುವುದು. ಸ್ವಾಷ್ ಸೇವಿಸುವ ಮೊದಲು 1:3 ಅನುಪಾತ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಸೇವಿಸಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

6. ನಿಂಬೆರಸದ ಕಾರ್ಡಿಯಲ್

ಬೇಕಾಗುವ ಪದಾರ್ಥಗಳು:

ನಿಂಬೆ ರಸ	:	1 ಲೀಟರ್
ಸಕ್ಕರೆ	:	1.25 ಕೆ.ಜಿ.
ನೀರು	:	0.50 ಲೀಟರ್
ನಿಂಬೆ ಎಸೆನ್ಸ್	:	½ ಚಮಚ
ಎಣ್ಣೆ	:	ಸಾಕಷ್ಟು
ಪೋಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್	:	ಒಂದು ಚಿಟಿಕೆ
ಹಳದಿ ನಿಂಬೆ ಬಣ್ಣ	:	ಸಾಕಷ್ಟು

ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ: ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆದು, ಒರೆಸಿ ನಂತರ ರಸವನ್ನು ತೆಗೆಯಿರಿ. ಈ ರಸಕ್ಕೆ ಪೋಟ್ಯಾಸಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ ಸೇರಿಸಿ. ನಂತರ ಇದನ್ನು ಗಾಜಿನ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ

ತುಂಬಿ ಒಂದು ಅಥವಾ ಎರಡು ತಿಂಗಳು ಇಡಬೇಕು. ನಂತರ ತಿಳಿಯಾದ ರಸವನ್ನು ಬೇರೆ ಸೀಸೆಗಳಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಬೇಕು. ನಂತರ ತಕ್ಷಣ ಬೇಕಾದರೆ ಈ ಲಿಂಬೆ ರಸವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಲಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ರಸದ ಕಾರ್ಡಿಯಲ್ ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

7. ನಿಂಬೆ ಹುಳಿ ಗೊಜ್ಜು

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ನಿಂಬೆ ರಸ-1 ಲೋಟ, ಉಪ್ಪು-1 ಲೋಟ, ಸಕ್ಕರೆ-2 ಲೋಟ, ಖಾರ - 1/2 ಲೋಟ, ಸಾಸಿವೆ ಬೇಳೆ -1/4 ಲೋಟ, ಹುರಿದ ಮೆಂತ್ರೆ ಹಿಟ್ಟು- 1/8 ಲೋಟ, ಇಂಗು-ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು, ಎಣ್ಣೆ-1 ಬಟ್ಟಲು.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಎಣ್ಣೆ ಕಾಯಿಸಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸಾಸಿವೆ, ನಂತರ, ಬೆಳ್ಳುಳಿ, ಹಿಂಗು ಬೆರೆಸಿ ಒಗ್ಗರಣೆ ತಯಾರಿಸಿ, ನಂತರ ಖಾರ ಬೆರೆಸಿ ತಣ್ಣಗಾಗಲು ಬಿಡಿ. ಸಕ್ಕರೆಪಾಕ ತಯಾರಿಸಿ ತಣ್ಣಗಾಗಲು ಬಿಡಿ. ಉಪ್ಪು, ನಿಂಬೆ ರಸವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿದ ಒಗ್ಗರಣೆಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಸಕ್ಕರೆ ಪಾಕವನ್ನು ಸಾಸಿವೆ ಬೇಳೆ ಮತ್ತು ಮೆಂತ್ರೆ ಹಿಟ್ಟನ್ನು ಸೇರಿಸಿ. ಶುಚಿಯಾದ ಬಾಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಶೇಖರಿಸಿಡಿ. ಅನ್ನ ಮತ್ತು ಚಪಾತಿಯ ಜೊತೆ ತಿನ್ನಲು ರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಲೇಖಕರು

- ಡಾ. ರವಿ, ವೈ.** ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ಗೃಹ ವಿಜ್ಞಾನ)
ಕು. ಹೀನಾ, ಎಮ್.ಎಸ್., ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ತೋಟಗಾರಿಕೆ)
ಡಾ. ಆರ್. ಬಿ. ನೆಗಲೂರ, ಹಿರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ಬೇಸಾಯ ಶಾಸ್ತ್ರ)
ಡಾ. ಮಹಾತೇಂಶ ಮುದನೂರ, ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಸಹಾಯಕರು (ಸೂಕ್ಷ್ಮಜೀವಶಾಸ್ತ್ರ)
ಡಾ. ರಂಗನಾಥ್, ಬಿ. ಜಿ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ಪಶು ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ)
ಡಾ. ಸವಿತಾ, ಬಿ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ಮಣ್ಣು ವಿಜ್ಞಾನ)

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಡಾ. ಆರ್. ಬಿ. ನೆಗಲೂರ,
ಹಿರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು (ಬೇಸಾಯ ಶಾಸ್ತ್ರ) ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು
ಐ.ಸಿ.ಎ.ಆರ್.- ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ, ಇಂಡಿ -586 209

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ :
ಐ.ಸಿ.ಎ.ಆರ್- ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ, ಸ್ವೇಶನ್ ರಸ್ತೆ,
ಇಂಡಿ-586 209, ದೂರವಾಣಿ: (08359)-225666
ಇಮೇಲ್: kvkindi@uasd.in
kvkindi2016@gmail.com



ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ, ಧಾರವಾಡ
ಐ.ಸಿ.ಎ.ಆರ್ - ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ, ಇಂಡಿ



ನಿಂಬೆಯ ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಪದಾರ್ಥಗಳು



ಹಸ್ತ ಪತ್ರಿಕೆ - 01
2017-18

ಐ.ಸಿ.ಎ.ಆರ್-ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ,
ಸ್ವೇಶನ್ ರಸ್ತೆ, ಇಂಡಿ - 586 209.

ಇಂಡಿಯಾ ವಿಜಯಪುರ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಒಂದು ಒಣ ಹವಾ ಪ್ರದೇಶವಾಗಿದ್ದು, ನಿಂಬೆ ಬೆಳೆಗೆ ಮೊದಲಿನಿಂದಲೂ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಇಂಡಿ ಹಾಗೂ ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಪ್ರದೇಶದ ತುಂಬೆಲ್ಲಾ ಬೆಳೆಯುವ ಲಿಂಬೆಯು ಭಾರತದ ತುಂಬೆಲ್ಲಾ ಹೆಸರು ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದ ಲಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ಗಾತ್ರದಲ್ಲಿ ದೊಡ್ಡದಾಗಿದ್ದು, ರಸಭರಿತ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಲಿಂಬೆಯು ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅತೀ ಹೆಚ್ಚು ಬೇಡಿಕೆ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಬೆಲೆಯು ಗಗನಕ್ಕೇರಿದ ನಿದರ್ಶನಗಳುಂಟು. ಲಿಂಬೆಯು ಆರೋಗ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲೂ ಅತೀ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಪಡೆದ ಹಣ್ಣಾಗಿದೆ ಈ ಹಣ್ಣು ಆಯುರ್ವೇದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಪ್ರಮುಖ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಂಡಿದೆ.

ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ಬಹಳಷ್ಟು ಮೌಲ್ಯವರ್ಧಿತ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು ಅದರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಪ್ರಮುಖವಾದುದು “ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸ್ಕ್ವಾಷ್” ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ಬಹಳ ದುಬಾರಿ ಇರುವುದರಿಂದ, ಬೇರೆ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸ್ಕ್ವಾಷ್‌ನ್ನು ತಯಾರು ಮಾಡಿ ಬೇಸಿಗೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ಸುಮಾರು 30 ಮಿಲಿ ಲೀಟರ್ ರಸವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅದೇ ರೀತಿ ಒಂದು ಲೀಟರ್ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ರಸಕ್ಕೆ ಸುಮಾರು 33 ರಿಂದ 34 ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳು ಬೇಕು. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಂದು ಲೀಟರ್ ನಿಂಬೆ ರಸದಿಂದ ಸುಮಾರು 2 ರಿಂದ 3 ಲೀಟರ್ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಸ್ಕ್ವಾಷ್‌ನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

1. ಸ್ಕ್ವಾಷ್ ತಯಾರಿಕೆ

ಬೇಕಾಗುವ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು

ನಿಂಬೆ ರಸ	1 ಲೀಟರ್
ಸಕ್ಕರೆ	2.0 ಕಿ.ಗ್ರಾಂ
ಕಲರ್	1-2 ಹನಿ
ಪೋಟ್ಯಾಷಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್	2.5 ಮಿಲಿ ಗ್ರಾಂ
ನೀರು	1 ಲೀಟರ್



ತಯಾರಿಸುವ ವಿಧಾನ : ಹೆಚ್ಚು ರಸವಿರುವ ತಾಜಾ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಆರಿಸಿಕೊಂಡು ತಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ತೊಳೆಯಿರಿ. ಹಣ್ಣನ್ನು ಹೊಳು ಮಾಡಿಕೊಂಡು ರಸ ಹಿಂಡಿ ಸೋಸಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದು ಪಾತ್ರೆಯಲ್ಲಿ 1 ಲೀಟರ್ ನೀರಿಗೆ ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿ ಕರಗಿಸಬೇಕು. ಈ ತಣ್ಣಗಾದ ಸಕ್ಕರೆ ನೀರಿಗೆ ನಿಂಬೆ ರಸ, ಪೋಟ್ಯಾಷಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ ಮತ್ತು ಬಣ್ಣವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಶುಭ್ರವಾದ ಸಿಸೆಯಲ್ಲಿ ತುಂಬಿಡಿ.

ಸೂಚನೆ : ಕುಡಿಯಲು ಬಳಸುವಾಗ ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ರಸಕ್ಕೆ 4 ಗ್ಲಾಸ್ ನೀರನ್ನು ಹಾಕಿ ಬಳಸಬೇಕು

2. ನಿಂಬೆ ಮಸಾಲ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು: ಲಿಂಬೆ ಹಣ್ಣು: 1 ಕೆಜಿ, ಉಪ್ಪು: 200 ಗ್ರಾಂ, ಕೆಂಪು ಮೆಣಸಿನ ಪುಡಿ: 100 ಗ್ರಾಂ, ಮೆಂತೆ: 10 ಗ್ರಾಂ, ಸಾಸಿವೆ: 10 ಗ್ರಾಂ

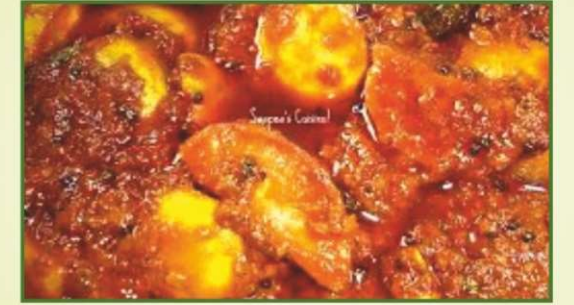
ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ: ಒಳ್ಳೆಯ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಶುಚಿಗೊಳಿಸುವುದು, ನಂತರ ನಾಲ್ಕು ಭಾಗಗಳಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸುವುದು. ನಂತರ ಮಸಾಲ ಪದಾರ್ಥ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಕಲಿಸುವುದು. ಗಾಜಿನ/ಪಿಂಗಾಣಿ ಜಾರಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಬೇಕು.



3. ನಿಂಬೆಯ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು:

ಸಣ್ಣಗಾತ್ರದ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣು	=	1 ಕೆಜಿ
ಉಪ್ಪು	=	200 ಗ್ರಾಂ
ಕೆಂಪು ಖಾರ	=	30 ಗ್ರಾಂ
ಹಸಿಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ	=	25
ಬೆಳ್ಳುಳ್ಳಿ	=	30 ಗ್ರಾಂ
ಸಾಸಿವೆ	=	10 ಗ್ರಾಂ
ಮೆಂತೆ	=	30 ಗ್ರಾಂ
ಸಾಸಿವೆ ಎಣ್ಣೆ	=	250 ಮಿ.ಲಿ
ವೆನಿಗರ್	=	1-2 ಚಹ ಚಮಚ



ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ : ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಕಡೆಯಿಂದ ಕತ್ತರಿಸಿ, ಮಸಾಲೆ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಪುಡಿ ಮಾಡಿ ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ತುಂಬಿ ಒಣಗಿಸಿ ಸಿಪ್ಪೆ ಕಳಿತ ಮೇಲೆ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಸಕ್ಕರೆ ಬೆರೆಸಿ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ದಿನ ಇಡಬೇಕು.

4. ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಆರ್. ಟಿ. ಎಸ್:

ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಆರ್. ಟಿ. ಎಸ್‌ಲ್ಲಿ ಶೇ. 10 ಜ್ಯೂಸ್ ಮತ್ತು ಶೇ. 10 ಟಿ.ಎಸ್.ಎಸ್.(ಸಕ್ಕರೆ) ಇರುವುದು.

ಸಾಮಗ್ರಿಗಳು : ನಿಂಬೆ ಹಣ್ಣಿನ ಜ್ಯೂಸ್ : 0.5 ಲೀಟರ್, ಸಕ್ಕರೆ-1.30 ಕೆ.ಜಿ, ನೀರು-8.2 ಲೀಟರ್, ಪೋಟ್ಯಾಷಿಯಂ ಮೆಟಾಬೈಸಲ್ಫೇಟ್ : 2.5 ಗ್ರಾಂ.

ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ : ಒಳ್ಳೆಯ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ತೊಳೆದು