14-05-2021

कोरोना वायरस से लड़ने में मजबूती प्रदान करती है सोरघम

फसल के डंठल का उपयोग इथेनाल गुड़ और कम कैलोरी वाले पौष्टिक चीनी सिरप का उत्पादन भी

कानपुर, 14 मई। कोरोना काल में आम आदमी के लिए भी सोरघम (ज्वार) के उपयोग से संबंधित एक महत्वपूर्ण फसल हो सकती है। राष्ट्रीय शर्करा संस्थान कानपुर, आईसीएआर आईआईएमआर हैदराबाद के सहयोग से पिछले दो वर्षों से संस्थान के फार्म में इस फसल की क्षमता का आकलन करने केलिए अध्ययन कर रहा है और पांच सोरघम (ज्वार) किस्मो (सीएसएच 22 एस, एसएसवी 84, एसएसवी 74, फूले वसुंधरा और आईसीएसएसएच 28) को उत्तर भारत में खेती और परीक्षण के लिए उपयुक्त माना है। फसल के डंठल का उपयोग इथेनाल गुड़ और कम कैलोरी वाले पौष्टिक चीनी सिरप उत्पादन किया जा सकता है। जबकि सोरघम (ज्वार) के रूप में प्राप्त किया जा सकता है। जबकि सोरघम ज्वार के रूप में अनाज का बड़े पैमाने पर उपयोग स्वास्थ्यवर्धक आटे के रूप में मैदा के स्थान या गेहूं का आटा के स्थान प्राप्त किया जा सकता है। निदेशक प्रो. नरेंद्र मोहन ने बताया कि ज्वार या सोरघम सभी उद्देश्य के आटे का एक स्वस्थ्य विकल्प है। प्रोटीन, आयरन और कापर से भरपूर, ग्लूटीन मुक्त सौरघम दाने कोशीय कार्य और उसकी मरम्मत में एक महत्वपूर्ण भमिका निभाने के लिए जाने जाते है। पोटेशियम और फास्फोरस की प्रचुर माता कोलेस्ट्राल को कम और उज्ज रक्तचाप का प्रबधन करने में मदद करती है। सोरघम के दाने में मौजूद फाइबर की एक बड़ा माता पाचन तंत्र को बेहतर बनाती है। दैनिक सेवन में शरीर को 44 फीसदी फाइबर प्रदान करता है। वायरल व अन्य बीमारियों को शरीर में प्रवेश करने को रोकता है। उन्होंने बताया कि पेट्रोल इथेनाल मिश्रण की आवश्यकताओं को पूरा करने क लिए अधिक इथेनाल प्राप्त कर सकता है। कुपोषण से लड़ने के स थ सम्पूर्ण रूप से प्रतिरक्षा जोकि कोरोना वायरस से लड़ने के लिए बहुत आवश्यक है। यह महत्वपूर्ण आहार हो सकता है। यह फसल सोरघम 4 से 5 महीने की एक छोटी से अवधि की फसल है, जोकि किसानों की आय भी बढ़ायेगी।

फसल के बारे में जानकारी देते निदेशक प्रो. नरेन्द्र मोहन।

---

20 कानपुर न्यूज www.dinartimes.in दीनार टाइम्स
कानपुर, शुक्रवार, 14 मई 2021

इथेनॉल गुड़, कम कैलोरी वाले चीनी उत्पादो के लिए ज्वार का यूज करें

- कोलेस्ट्रॉल को कम और उच्च रक्तचाप का प्रबंधन करने में करता है मदद
- ज्वार के दाने में मौजद विटामिन सी बढ़ाए इम्यूनिटी का स्तर
- 4-5 महीने में कम पानी के इस्तेमाल से कर सकते हैं उत्पादन
- पाचन तंत्र मे सुधार कोरोना से लड़ने के लिए है आवश्यक

डीटीएनएन

कोरोना काल में बहुत सी ऐसी चीजें प्राप्त हुई है जिनका हमारे जीवन में बेहद महत्त्वपूर्ण स्थान है और हम उसका अपनी रोजमर्रा की जिंदगी में इस्तेमाल करते हैं जिनमें कई तरह की फसले और औषधियों के बारे में पता चला जिनके गुणों से हम बेखबर थे । ऐसी ही एक फसल है ज्वार जिसे हम सोरघम कहते हैं जो कि हमारे रोजमर्रा के प्रयोगो के साथ कोरोना से लड़ने के लिए भी बेहद लाभकारी है।

एनएसआई में लगातार परीक्षण चल रहा

राष्ट्रीय शर्करा संस्थान कानपुर आईसीएआर, आईसीएमआर हैदराबाद के सहयोग से पिछले दो वर्षों से इस फसल की क्षमता का आंकलन करने के लिए परीक्षण कर रहा है जिसके चलते इस सोरघम की पांच किस्मों को खेती एवं परीक्षण के लिए उपयुक्त माना गया है। फसल के डंठल का उपयोग इथेनॉल गुड़ और कम कैलोरी वाले पौष्टिक चीनी उत्पादो के लिए इस्तेमाल किया जा सकता है जबकि सोरघम के रूप में प्राप्त अनाज का स्वास्थ्यवर्धक आटे के रूप में मैदा या गेहूं के आटे के स्थान पर किया जा सकता है।

सोर्गम का फाइबर बॉडी के लिए अहम

ज्वार या सोरघम सभी उद्देश्य के आटे का एक स्वस्थ्य विकल्प है। प्रोटीन, आयरल और कॉपर से भरपूर, ग्लूटीन मुक्त सोरघम दाने कोशीय कार्य और उसकी मरम्मत में एक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है साथ ही पोटेशियम और फॉस्फोरस की प्रचुर मात्रा में कोलेस्ट्रॉल को कम और उच्च रक्तचाप का प्रबंधन करने में मदद करती है। सोरघम के दाने में मौजद फाइबर की एक बड़ी मात्रा पाचन तंत्र को बेहतर बनाने में मदद करती है। सोरघम आवश्यक दैनिक सेवन का लगभग 44न फाइबर प्रदान करता है। इ

ज्वार शरीर की प्रतिरोधक क्षमता बढ़ाता

मजबूत प्रतिरक्षा प्रणाली किसी भी वायरल या अन्य बीमारियों को शरीर में प्रवेश करने से रोकने में मदद करती है। ज्वार के दाने में मौजद विटामिन सी हमारी इम्यूनिटी के स्तर को बढाने में मदद करता है ।

ज्वार से एथेनाल का प्रोडक्शन

संस्थान के निदेशक प्रो. नरेंद्र मोहन ने कहा इस प्रकार यह सभी के लिए फायदे की स्थिति हो सकती है, जहां किसान फसल के प्रत्येक भाग का एक अलग तरीके से उपयोग करके उपज का बेहतर मूल्य प्राप्त कर सकता है। वहीं देश समग्र रूप से पेट्रोल इथेनॉल मिश्रण की आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए अधिक इथेनॉल प्राप्त कर सकता है। इसके अलावा कुपोषण को कम करने के लिए स्वास्थ्यवर्धक आहार के रूप में, पाचन तंत्र मे सुधार और सपूर्ण रूप से प्रतिरक्षा जो कोरोना वायरस से लड़ने के लिए बहत आवश्यक है के लिए महत्वपूर्ण आहार हो सकता है।

कोरोना में सोरघम काफी फायदेमंद

सोरघम 4-5 महीने की एक छोटी अवधि की फसल है, जिसमें कम पानी की आवश्यकता होती है। जिसे गन्ने के साथ सह-फसल के रूप में उगाया जा सकता है और इस प्रकार किसान अपनी आय को प्रति एकड़ भूमि और बढा सकते हैं।