- स्टेनलेस स्टील, एल्म्यूनियम या प्लास्टिक के बर्तनों का उपयोग करें।
- भण्डारण शुष्क एवं ठण्डे स्थान पर करना चाहिये।

लाभ

- गर्मियों में इसका जूस शीतल पेय के रूप में प्रयोग में लाया जाता है।
- बुरांश को जूस का सेवन करने से शरीर को ताजगी एवं स्फूर्ति मिलती है।
- हृदय रोगियों के लिये यह अत्याधिक लाभकारी है।
- बुरांश का स्क्वैश पीने से मधुमेह (टाइप 1 व टाइप 2) दूर होता है।
- यह डायरिया को भी दूर करता है।
- यह हीमोग्लोबिन के स्तर को भी बढ़ाता है।
- बुरांश कई बीमारियों का नाशक भी है। पहाड़ों में रक्त स्राव को रोकने व पुराने घावों को भरने के लिए फूलों की पंखड़ियों को पीसकर लगाया जाता है।
- यह किडनी संबंधित बीमारियों से सुरक्षा प्रदान करता है।
- यह भार नियंत्रण और फेफड़ों की सूजन को भी दूर करता है।

बुरांश का स्क्वैश एक बेहतरीन पेय पदार्थ है, आजकल बाजार में अनगिनत पेय पदार्थ, जैसे कोका कोला, पेप्सी, लिम्का इत्यादि आ रहे हैं, जो स्वास्थ्य की दृष्टि से बुरांश के स्क्वैश की तुलना में कम पोषक हैं, यह पेय पदार्थ इनकी तुलना में कम लागत पर प्राप्त होने वाला उच्च पेय पदार्थ है जिसको बनाने की लागत भी काफी कम आती है। अतः इसको अगर आर्थिक नजर से देखें तो यह एक बेहतरीन व्यवसाय के रूप में उभर कर आ सकता है और बुरांश न केवल स्वास्थ्य की दृष्टि से महत्वपूर्ण है अपितु यह पर्यावरण की दृष्टि से भी अत्यन्त महत्वपूर्ण है, इसके फूल, तना व पत्ती हर एक भाग उपयोगी है। अतः इस बहुपयोगी वृक्ष को एक बेहतरीन व्यवसाय के रूप में भी अपनाया जा सकता है।

ध्यान दें- समुचित ज्ञान न होने के कारण स्थानीय लोग लकड़ी व कृषि क्षेत्र का विस्तारीकरण हेतु इसके वृक्षों को बड़ी मात्रा में काट रहे हैं जिससे बुरांश की संख्या कम हो रही है अतः हम इसके वृक्षों को बचाकर अपने प्रदेश के राज्य वृक्ष को विलुप्त होने से बचा सकते हैं साथ ही पर्यावरण को संतुलित रखने में अपना योगदान दे सकते हैं। समय की बचत एवं सरलता के लिये लोग फूलों की टहनियों को ही तोड़ देते हैं, जो वृक्ष के जीवन एवं पर्यावरण

दोनों के लिये घातक हैं। बुरांश के वृक्षों को जंगल एवं पर्यावरण संतुलित रखने के लिये फूलों को सावधानी से तोड़ें, टहनियां न काटें एवं न ही टहनियों सहित फूलों को तोड़े, इससे पेड़ सुरक्षित रहने के साथ–साथ निरंतर फूल उपलब्ध होते रहेंगे।

अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें

कार्यक्रम समन्वयक
कृषि विज्ञान केन्द्र
(भाकृअनुप–विवेकानन्द पर्वतीय कृषि अनुसन्धान संस्थान)
चिन्यालीसौड़– 249196 उत्तरकाशी (उत्तराखण्ड)
वेबसाइट : http://vpkas.nic.in/kvk.htrn

आलेख

मनीषा, गौरव पपनै, वी. के. सचान, जे.पी. गुप्ता एवं आर. के. तिवारी

सम्पादन सहयोग

श्रीमती रेनू सनवाल

मुद्रण सहयोग

पी.एम.ई.सैल

निदेशक, भाकृअनुप–विवेकानन्द पर्वतीय कृषि अनुसन्धान संस्थान
अल्मोड़ा–263601 (उत्तराखण्ड)
द्वारा संस्थान के लिए प्रकाशित एवं
अपना जनमत, 16ए, सुभाष रोड,देहरादून (उत्तराखण्ड)
दूरभाष : 0135–2653420, मोबाइल : 98370209996 से मुद्रित

वि.प.कृ.अनु.सं प्रसार प्रपत्र (78/2015)

स्वास्थ्यवर्धन एवं आय अर्जन हेतु बुरांश स्क्वैश

भाकृअनुप ICAR

कृषि विज्ञान केन्द्र
(भाकृअनुप- विवेकानन्द पर्वतीय कृषि अनुसंधान संस्थान)
(आई.एस.ओ. 9001:2008 प्रमाणित संस्थान)
चिन्यालीसौड़- 249196 उत्तरकाशी (उत्तराखण्ड)
हैल्प लाइन- 01371-237198
वीपीकेएएस टोल - फ्री हैल्पलाइन-18001802311
सम्पर्क समय- प्रत्येक कार्य दिवस

परिचय

उत्तराखण्ड का राज्य वृक्ष बुरांश भारतवर्ष में उत्तराखण्ड, कश्मीर, हिमाचल प्रदेश के अलावा दक्षिण में नीलगिरि की पहाडियों में पाया जाता है। सम्पूर्ण विश्व में बुरांश की लगभग 850 प्रजातियां है जिनमें से 80 प्रजातियां भारत के उच्च शिखरीय स्थलों में पायी जाती है। ऐरीकेसी वर्ग का *रोडोडेंड्रोन आबोरियम, रोडोडेंड्रोन कम्पेनूलेटम, रोडोडेंड्रोन एंथोपोगन* एवं *रोडोडेंड्रोन क्राईसोगेस्टर* पूर्वी और पश्चिमी उच्च शिखरीय भागों में बहुतायत पाया जाता है। यह एक सदाबहार वृक्ष है जो समुद्र तल से 1300 मीटर से अधिक ऊँचाई पर पाया जाता है। पेड़ की ऊँचाई 8–10 मीटर तक होती है। पत्तियां 7.5 से 15 सेमी0 लम्बी तथा 3 से 6 सेमी0 चौड़ी होती है। उत्तराखंड में बुरांश का फूल मार्च से मई माह तक उपलब्ध होता है।

तना–बुरांश का तना भूरे गुलाबी रंग का जितना आकर्षक होता है, उससे भी अधिक बहुउपयोगी होता है। इससे बढ़ई द्वारा निर्मित नरम लकड़ी से परम्परागत आकर्षक बर्तन जिनका उपयोग आज भी कहीं–कहीं देखने को मिलता है, बनाये जा सकते हैं। इसको खेतों की मिट्टी को भुरभुरा करने के लिये पाटा बनवाने के उपयोग में भी लाया जाता है। पेड़ की टहनियां ईधन तथा पत्तियां पशुओं के लिये बिछावन के काम में आती है, तथा सूखने एवं सड़ने के बाद उत्तम किस्म के खाद के रूप में परिवर्तित हो जाती है।

फूल–इसके फूल वृक्ष का एक महत्वपूर्ण भाग है तथा स्वाद में खट्टे व मीठे होते है। इसके फूल लाल एवं गहरे गुलाबी रंग के होते हैं। इसके फूल के रंगद्रव्य मे साइनाडिन –3– इलेक्टोसाइड और साइनाडिन –3– अर्बिनोसाइड उपस्थित होता है जिस कारण यह हल्का तीखा, सुगंधित और तेलीय होता है।

फूलों के पंखुड़ियों के भीतर शहद जैसा गाढ़ा एवं लाल पदार्थ होता है जो मीठा, पोषक एवं स्वादिष्ट होता है। बुरांश एक बहुपयोगी वृक्ष है इसके फूलों से मूल्यवर्धित उत्पाद, बुरांश स्क्वैश बनाया जाता है जो एक उत्तम शीतल पेय होता है। बुरांश फूल का प्राकृतिक रंग गहरा लाल और सुगंधित होने के कारण इससे तैयार स्क्वैश में अलग से कोई कृत्रिम रंग या खुशबू मिलाने की आवश्यकता नहीं होती है। बुरांश स्क्वैश में कई प्रकार के पोषक तत्व पाये जाते हैं जिनका विवरण आगे दिया जा रहा है:

बुरांश स्क्वैश में पाए जाने वाले पोषक तत्व–

वसा	–	7.6 %
प्रोटीन	–	16.3 %

खनिज लवण (मिग्रा / 100 ग्राम में)

सोडियम	–	4.8
पोटेशियम	–	17.15
कैल्शियम	–	2.5

बुरांश की एक बोतल स्क्वैश बनाने के लिये आवश्यक साम्रगी एवं लागत का विवरण

साम्रगी	मात्रा	लागत (रू.)
बुरांश पुष्प	100 ग्रम	
चीनी	270 ग्रम	15
सिट्रिक अम्ल	2.5 ग्राम	30
सोडियम बैन्जोऐट	0.15 मिलीग्राम	
मलमल का कपड़ा	0.5 मीटर	
बोतल (प्लास्टिक / कॉच)	01 न (750 मिली)	
ईंधन	आवश्यकतानुसार	
पानी	1 लीटर	
कुल लागत		45

बुरांश स्क्वैश तैयार करने की विधि

- स्क्वैश बनाने में फूलों की पंखुड़ियों का उपयोग किया जाता है।
- सर्वप्रथम पंखुड़ियों से पराग हटा देते हैं।
- ठण्डे साफ पानी में इसकी पंखुड़ियों को धोते हैं, तदुपरान्त पानी की अनुमानित मात्रा में इसे धीमी आंच में इतना पकाते हैं कि पंखुड़ियां गल जायें एवं रंग पानी में मिश्रित हो जाये मिश्रण ठण्डा होने पर मलमल के साफ कपड़े से इसे छान लेते हैं।
- छने हुये रस को दोबारा आँच पर रखते हैं तथा चीनी की मात्रा मिला देते है।
- एक उबाल आने पर इस मिक्षण में सिट्रिक अम्ल मिला देते हैं, इससे झाग साफ हो जाता है। थोड़ी देर पकाने के बाद इसे आँच से हटा देते हैं। (चीनी की चाशनी अलग से भी बनाई जा सकती है)।
- तैयार स्क्वैश को पुनः मलमल के साफ कपड़े से छान लेते हैं। स्क्वैश को सुरक्षित रखने के लिये सोडियम बैन्जोऐट की उपयुर्क्त मात्रा मिला देते हैं।
- स्क्वैश को सुगन्धित बनाने हेतु खुशबू आवश्यकतानुसार मिला सकते हैं। तैयार बुरांश स्क्वैश को साफ व सुखाई हुई हवा बन्द बोतलों या केन आदि में भरकर रखा जा सकता हैं।

बुरांश स्क्वैश अन्य पेय पदार्थों की तुलना में न केवल लाभप्रद है अपितु यह आर्थिक दृष्टि काफी सस्ता एवं फायदेमंद रोजगार है। इसको हमारे पर्वतीय कृषक व युवा रोजगार के रूप में अपना सकते हैं। इसको बनाने में कुल लागत 45 रूपये प्रति 750 मिली तक आती है और बाजार में इसकी बोतल 100 रूपये प्रति 750 मिली तक के दाम में बिकती है। अतः हम इससे 55 रूपये तक का लाभ अर्जित कर सकते हैं। साथ ही यह बहुत सस्ता एवं कम मेहनत वाला व्यवसाय है। अतः इसको व्यावसायिक दृष्टि से अपनाना चाहिए।

सावधानियाँ-

- बुरांश के फूल को यदि आप कच्चा खा रहे हों, तो अधिक न खायें क्योंकि अधिक मात्रा में खाने से स्वास्थ्य पर बुरा प्रभाव पड़ सकता है।
- फूलों से पराग को अवश्य निकाल लें। नही तो इस पेय से डायरिया होने की संभावना हो सकती है
- बुरांश स्क्वैश के लिये परिरक्षक पदार्थ सोडियम बैन्जोएट का ही उपयोग करना चाहिए। पोटेशियम मेटा बाई सल्फेट का उपयोग न करें, इससे जूस का रंग फीका हो जाता है।