



आँवले के उत्पाद



केन्द्रीय उपोष्ण बागवानी संस्थान
रहमानखेड़ा, पो. काकोरी, लखनऊ-227 107

ला भारतीय मूल का एक महत्वपूर्ण फल है। अपने अद्वितीय औषधीय गुणों के कारण इसे 'अमृत फल' भी कहा जाता है। आँवला के फलों सी तथा पॉलीफिनाल प्रचुर मात्रा में पाया जाता है। इसके अतिरिक्त रेशा, लोहा, कैल्सियम, फास्फोरस और अन्य कई विटामिन भी इसमें में उपस्थित रहते हैं। आँवले के फल अपने अस्तीय तथा कसैले स्वाद तुरंत उपभोग हेतु अधिक प्रयुक्त नहीं होते हैं। अतः इनका उपयोग साधित पदार्थों के निर्माण में किया जाता है जो इनके गुणों को संरक्षित उच्च औषधीय गुणों के कारण आँवले के उत्पाद मानव स्वास्थ्य के लिए मप्रद हैं। सामान्यतः, व्यावसायिक स्तर पर आँवले का उपयोग मुख्या, टनी, लड्डू, चूर्ण, च्यवनप्राश आदि बनाने में किया जाता है। रसीली, सुपारी, जूस, चूरन, इत्यादि अपेक्षाकृत नये उत्पाद हैं, जिनमें पोषक वेहतर संरक्षण होता है। इन उत्पादों की निर्माण विधि सरल है तथा उद्यमियों के लिए लाभप्रद है।

| | | | |
|------------------|--------------|--|--------------|
| ला ट्रिक अम्ल | 100 कि.ग्रा. | शक्कर | 100 कि.ग्रा. |
| | 50 ग्रा. | पोटेशियम मेटा बाई-सल्फाइट (के.एम.एस.) | 100 ग्रा. |

पक्व और बीमारी व धब्बे रहित फल पानी से अच्छी तरह धोयें। प्रत्येक बहराई तक गोदें। कसैलापन दूर करने के लिये गुदे फल चूने के पानी, के घोल अथवा 2-8 प्रतिशत नमक के घोल में कुछ दिनों तक रखें। उन्हें अच्छी तरह पानी से धोयें। फलों को उबलते हुये पानी में 2-3 मिनट उपरान्त उन्हें शक्कर में तह लगाकर व साइट्रिक अम्ल एवं के.एम.एस. अतभर बर्तन में रखें। अगले दिन शक्कर के घोल को उबाल कर 70° तथा फलों को पुनः उसमें रात्रि भर के लिये डुबो दें। इस प्रक्रिया को दोहराएं। अंत में तैयार मुख्ये को साफ सुधरे काँच या प्लास्टिक के जार ब्रिक्स सांद्रित शक्कर के घोल में डिब्बा बंदी करें।

आँवले के फलों से फांके निकालना

रसीली फांके, कैंडी, सुपारी, चूर्ण व चूरन बनाने हेतु यह एक सामान्य प्रक्रिया है। पूर्ण परिपक्व और रोग व दाग रहित आँवले के फलों को स्वच्छ पानी से धोकर उन्हें खौलते पानी में 8-10 मिनट या फल चटकने तक उबालें। तत्पश्चात् स्वच्छ हाथों से आँवले की फांकों को बीज से अलग करें। बड़े आकार के फल रसीली फांकों तथा कैंडी के लिए ज्यादा उपयुक्त हैं। प्रसंस्करण में केवल स्टील के बर्तनों का उपयोग करें।

रसीली फांके

सामग्री

| | | | |
|---------------|--------------|--|--------------|
| आँवला | 100 कि.ग्रा. | शक्कर | 112 कि.ग्रा. |
| साइट्रिक अम्ल | 640 ग्रा. | पोटेशियम मेटा बाई-सल्फाइट (के.एम.एस.) | 128 ग्रा. |

विधि

चाशनी बनाना

शक्कर (76.5 कि.ग्रा.) को 51 लीटर पानी में मिलाएं तथा खौलाकर महीन कपड़े से छान लें। इसमें साइट्रिक अम्ल व के.एम.एस. थोड़े से गरम पानी में अलग—अलग घोलकर मिलाएं। इस तरह से 60° ब्रिक्स सान्द्रता की चाशनी तैयार हो जाती है।

रसीली फांके बनाना

आँवले की फांकों को उपरोक्त चाशनी में 24 घंटे के लिए डुबोकर छोड़ दें। अगले दिन फांकों को अलग करके चाशनी को उबालकर तथा अतिरिक्त शक्कर मिलाकर 60° ब्रिक्स सान्द्रता तक लाएं तथा फांकों को उसमें डुबोकर पुनः 24 घंटे के लिए छोड़ दें। उपरोक्त विधि द्वारा अगले दो दिन चाशनी को 70° ब्रिक्स की सान्द्रता तक लाएं और फांकों को उसमें प्रत्येक बार 24 घंटे के लिए डुबोएं। अंत में चाशनी को उबालकर 72° ब्रिक्स सान्द्रता पर लाएं। तत्पश्चात् फांकों को चाशनी के साथ साफ निर्जर्माकृत कांच/ प्लास्टिक के वायुरोधी जार में भरकर बंद कर दें।

कैंडी

सामग्री

| | | |
|---------------------------------------|-------|----------|
| आँवला | 100.0 | कि.ग्रा. |
| शक्कर | 76.5 | कि.ग्रा. |
| साइट्रिक अम्ल | 640.0 | ग्रा. |
| पोटैशियम मेटा बाई—सल्फाइट (के.एम.एस.) | 128.0 | ग्रा. |

विधि

चाशनी बनाना

चाशनी उपरोक्त लिखित (रसीली फांके) विधि से तैयार कर लें।

कैंडी बनाना

आँवले की फांकों को चाशनी में सामान्य तापक्रम पर 24 घंटे के लिए छोड़ दें। अगले दिन चाशनी को पुनः 70° ब्रिक्स सान्द्रता पर लाएं तथा फांकों को उसमें डालकर 24 घंटे के लिए छोड़ दें। तत्पश्चात् फांकों को चाशनी से निकालकर महीन कपड़े में रखकर गर्म पानी में (तापक्रम 45° — 50° से. ग्रे.) दो—तीन बार डुबोकर निकाल लें ताकि फांकों की सतह से शक्कर हट जाए। अब फांकों को स्टील या एल्युमीनियम की जालीदार ट्रे में अच्छी प्रकार फैलाकर विद्युत डिहाइड्रेटर में 60° से. ग्रे. तापमान पर 12—15 प्रतिशत नमी के स्तर तक सुखाएं। ठंडा होने पर तैयार कैंडी को फूड ग्रेड प्लास्टिक जार या पाउच में पैक कर दें।

आँवले की कृष्णा, चकैया व एन.ए.—7 किस्में रसीली फांकों एवं कैंडी हेतु उपयुक्त हैं। रसीली फांकों व कैंडी के निर्माण हेतु फांकों व चाशनी का अनुपात 1:1.5 रखें। साइट्रिक अम्ल व पोटैशियम मेटा बाई—सल्फाइट को अलग—अलग थोड़े से पानी में घोलकर चाशनी में मिलाएं।

सुपारी

सामग्री

| | | |
|-------|-----|----------|
| आँवला | 100 | कि.ग्रा. |
| नमक | 2.2 | कि.ग्रा. |

आँवले की फांकों को स्टील के चाकू की सहायता से 4—5 छोटे—छोटे टुकड़ों
लें तथा उसमें नमक अच्छी तरह मिलाकर बर्टन को ढक कर रात भर
सामान्य तापक्रम पर छोड़ दें ताकि नमक अच्छी प्रकार अवशोषित हो जाए।
दिन उत्सर्जित द्रव, यदि कोई हो, फेंक दें तथा टुकड़ों को जालीदार स्टील या
नियम की ट्रे पर भली—भाँति फैलाकर विद्युत डिहाइड्रेटर में 60° से. ग्रे.
पर 6—7 घंटे अथवा 15—16 कि.ग्रा. भार तक सुखाएं। तैयार सुपारी को
फूड ग्रेड प्लास्टिक पाउच में पैक करें। देसी प्रजाति को छोड़कर, आँवले
सभी प्रजातियां सुपारी हेतु उपयुक्त हैं।

आँवले की फांकों को चाकू की सहायता से छोटे—छोटे टुकड़ों में काट लें। इन
जालीदार स्टील या एल्युमीनियम की ट्रे में फैलाकर विद्युत डिहाइड्रेटर में
तापक्रम पर 6—7 घंटे अथवा 3—5 प्रतिशत नमी तक सुखाएं। सूखे
पाउडर मिल में 80—100 मैश कणों के आकार तक पीस लें तथा चूर्ण
अच्छी फूड ग्रेड प्लास्टिक के डिब्बों या पॉलीथीन पाउच में पैक करें।

| | | | |
|-------------|-----------|----------------|-----------|
| ला का चूर्ण | 100 ग्रा. | साधारण नमक | 8 ग्रा. |
| नमक | 16 ग्रा. | शक्कर | 15 ग्रा. |
| ट्रिक अम्ल | 3 ग्रा. | पिसी कालीमिर्च | 2 ग्रा. |
| | 1 ग्रा. | पिसा भुना जीरा | 1 ग्रा. |
| सौंफ | 1 ग्रा. | अदरक पाउडर | 1.5 ग्रा. |
| गाइन | 0.5 ग्रा. | | |

सामग्रियों को अच्छी प्रकार मिलाकर 80—100 मैश की छन्नी से छान
बुरोधी प्लास्टिक के डिब्बों या पाउच में पैक करें।

जूस

सामग्री

आँवला

100 कि.ग्रा.

पोटैशियम मेटा बाई—सल्फाइट (के.एम.एस.) 65 ग्रा.

विधि

फलों को फूट मिल में डालकर गूदा निकाल लें। अब हाइड्रोलिक प्रेस में
1500—2000 कि.ग्रा./वर्ग इंच के दाब के प्रयोग से गूदे से जूस निकाल लें। प्राप्त
जूस को 78° से. ग्रे. तापक्रम तक गर्म करें तथा थोड़े से जूस में के.एम.एस.
घोलकर इसमें अच्छी प्रकार मिलाएं। जूस को गर्म अवस्था में ही काँच की बोतलों
में अथवा गुनगुनी अवस्था में प्लास्टिक की बोतलों में भरकर अच्छी प्रकार सील
कर दें। बिना के.एम.एस. युक्त जूस गर्म अवस्था में काँच की बोतलों में भरकर,
बोतलों को खौलते पानी में 20 मिनट तक डालकर निर्जर्माकृत करें। कंचन, चकैया,
एन ए—7 तथा कृष्णा प्रजातियां जूस हेतु उपयुक्त हैं।

लेखन :

डा. डी. के. टंडन, संजय कुमार,
अभय दीक्षित एवं डा. के. शुक्ला

सम्पादन :

डा. अजय वर्मा

विस्तृत जानकारी हेतु संपर्क करें :

निदेशक,
केन्द्रीय उपोष्ण बागवानी संस्थान
रहमानखेड़ा, पो. काकोरी, लखनऊ—227 107.
फोन : 0522-2841022, ई—मेल: director@cishlko.org

फोल्डर संख्या : 23