

Farmer FIRST Programme (FFP)

കുവരക്/പണ്ടശൈല്



ഐ.സി.എ.ആർ-കേന്ദ്ര തോട്ടുവിള ഗവേഷണ സ്ഥാപനം
ICAR - CENTRAL PLANTATION CROPS RESEARCH INSTITUTE

ഭാക്താൻപുര - കേന്ദ്രീയ രോपണ ഫസല അനുസന്ധാന സ്ഥാനം

An ISO 9001:2008 Certified Institute

Kudlu, P.O, Kasaragod -671124, Kerala, India
Phone: 04994 232893 - 95, 233090, 232333 (Director); Fax: 04994 232322
E-mail: cpcri@nic.in, website: www.cpcri.gov.in



കുവരക്/പണ്ടംപൂള്

കേരളീയരുടെ കൃഷിയിടങ്ങൾ തിൽ നിന്നും തീസിമേശയിൽ നിന്നും അപൗത്യക്കഷാഡ വിളകളിൽ പെറ്റും നൃഞ്ഞൻ, പ്രതികുല കാലാവസ്ഥാ സംഹരിച്ച ഒരു സംഭള അതി ജീവി കം നു ലൈ മേഖലിയിൽ ഫലവുടെ പ്രത്യേകതയാണ്. ഓർമ്മക്കുവാഹം സുക്കിപ്പി പാൽക്കാരി കഴിയുന്ന ലൂപ പെറ്റും നൃഞ്ഞൻ സമുദ്ര നിലപ്പിളി നിന്നും 2000 മീ. ഉയരത്തിൽ വരെ കൃഷി ചെയ്യാവുന്നതും സുക്കം മുളക്കണ്ണർ ഉശർഖുട പോഷക വസ്തുക്കൾ എന്നും പിംഗൾ മിസ്റ്റർ/റബർ എന്ന് ഇല്ലാക്കിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ലൂപ പെറ്റും നൃഞ്ഞൻ കുവരക് എന്നും മലയാളത്തിൽ വിവക്ഷിക്കുന്നത്. ധാന്യങ്ങളിൽ പച്ച ഏറ്റവും കുടുതൽ കാശ്യം (344 മി.ഗ്രാം), പാപ്പാശ്യം (408 മി.ഗ്രാം) എന്നിവ അടഞ്ഞിപ്പുള്ളിയാണ് എൻ ഗ്രൂപ്പ് അവർജ്ജിത്വമുഖ്യമായി കൂടിക്കാരി. പ്രകൃതിയിലുള്ള കാശ്യം ധാരാളം അഞ്ചിയിട്ടുള്ളതിനാൽ കുട്ടിക്കാരിയും മുതിന്നാവിലും എല്ലാക്കാർ ബലപ്പെട്ടിരുന്നതിനും ഓസ്റ്റിയം പൊരാസിപ്പ്, ടിറ്റി എന്നാവായെ പെറ്റുക്കാനും ലൂപ ക്രേസ്റ്റുതും നാലിലും സാധിക്കും.

നടീൽ സമയം

കാലാവസ്ഥാ ബന്ധിതമല്ലാത്ത രൂപ പിളയായതിനാൽ ആവശ്യത്തിൽ മുളപ്പുള്ളാക്കിൽ വർഷക്കാരി ഏതു സമയവും റാശി കൃഷി ചെയ്യാം. പ്രധാന കൃഷി സമയം : ആണ്ട്-ബാഹ്യം ബൈജയിലുള്ള കൃഷിക്കാരി - കൃഷിക്കാരി - കൃഷിക്കാരി - മുതിന്നാവിലും എല്ലാക്കാർ ബലപ്പെട്ടിരുന്നതിനും ഓസ്റ്റിയം പൊരാസിപ്പ്, ടിറ്റി എന്നാവായെ പെറ്റുക്കാനും ലൂപ ക്രേസ്റ്റുതും നാലിലും സാധിക്കും.

നടീൽ സമയം

GPU-28, GPU-45, GPU-48, GPU-67, KMR-204, KMR-301, KMR-340, CO-2, CO-7, CO-8, CO-9, CO-10, K-2

വിത്തിനിറ്റേത് (ഒരേക്കരിക്കുക)

വിത്തിനുകുകയാണെങ്കിൽ : 2 കി.ഗ്രാം

പരിപ്പുന്നകുകയാണെങ്കിൽ : 1.6-2 കി.ഗ്രാം

നഷ്ടസ്തരി വരെ ഉത്പാദനം

ഒരേക്കരി വിത്തിനുകുകയുള്ള രീതിയിൽ ഉത്പാദിപ്പിക്കാൻ 192 പ. മീ. നഷ്ടസ്തരി സ്ഥലം ആവശ്യമാണ്. നഷ്ടസ്തരിക്കായുള്ള സ്ഥലം നന്നായി ഉള്ളതു മിഞ്ച് 96 കി.ഗ്രാം/192 പ. മീ. എന്ന തൊതിൽ കാലിപ്പാതം കുട്ടിപ്പുള്ളിൽ ശേഷം വാരങ്ങൾ തയ്യാറാക്കാം. തുടർന്ന് വാരങ്ങളിൽ വിത്ത് പിത്തചുതിന് ശേഷം പെറ്റുതായി മണ്ണി മുകി വിത്ത് മുടം. ഉറുപ്പു ശല്യത്തിനെന്നതിൽ മുൻകരുത്തുവെച്ചുക്കണം. മുന്നാഴ്ച പ്രായമായാൽ തൊക്കർ പ്രധാന കൃഷിയിടനിവേക്ക് പരിപ്പു നടം. പരിപ്പു നടം നാതിൽ ഒരുപാത മുമ്പ് 1.92 കി.ഗ്രാം അമേഖാഡിയം സർച്ചേഫ്റ്റ് 192 പ. മീ. നഷ്ടസ്തരി ഫേം എന്ന തൊതിൽ പ്രധാനിക്കാം.

നിലമൊരുക്കൽ

നടാർ ഉദ്ഘാടിക്കുന്ന സ്ഥലം 3-4 തവണ നന്നായി ഉള്ളതുമരിച്ച് അവ സാന്ന ഉച്ചവിഭാഗം സമയം 2 ദിനിൽ കാലിപ്പാതം ഒരേക്കരി സ്ഥലംനെത്തിൽ എന്ന തൊതിൽ ചേർത്ത് കുട്ടയുച്ച് വാരങ്ങൾ കോരണാം.

നടീൽ ആക്കവാ

വർഷികൾ തമ്മിൽ 25 സെ. മീ. ആക്കലവും ചെടികൾ തമ്മിൽ 15 സെ. മീ. ആക്കലവും നൽകി തെക്കകൾ നടുകയോ വിത്ത് പാക്കുകയോ ചെയ്യാം.



കുവരക്/പണ്ടംപൂള്

വളപ്പേയോഗം (ഒരേക്കരിന്)

അടിവളം :

കാലിപ്പാത - 2 ദണി
യുറിയ - 20 കി.ഗ്രാം
രാജ്ഞമോസ് - 45 കി.ഗ്രാം
ഫെട്ടോസ് - 15 കി.ഗ്രാം

മേൽവളം :

മുന്ന് ആച്ചപ കഴിനിൽ (21 ദിവസം) 20 കി.ഗ്രാം യുറിയ മേൽവളമായി നൽകാം. മേൽവളമിടുന്നതിനു മുൻപ് കുളയെടുക്കണം.

ജലസേചനം :

വിത്ത് വിത്തക്കുന്ന / തെ പരിപ്പു നടുന ദിവസം നന്നായി നന്നു കൊടുക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. കുടാതെ ഒരുപാത ഇടവെള്ളയിൽ നന്നു കൊടുക്കാനുള്ളാക്കിയാൽ പിടിയും വളപ്പില്ലെങ്കിലും വരിഞ്ഞുണ്ടാകും.

പിളവെടുപ്പ്

ഉന്നംശൾ, കാലാവസ്ഥാ, മണ്ണ് എന്നിവയെ അനുസരിച്ച് 3-5 മാസ അവർക്കുളിൽ റാശി വിലുവെടുക്കാൻ പാക ചാക്കും. കരിചുകൾക്ക് മണ്ണ കലർന്ന തവിട്ടു നിറമുകുപാർശി കുളയും. കുടകൾ മെതിക്കുന്നതിനു മുമ്പ് 2-3 ദിവസം റാശിയുടെ തന്നെ വൈകോൺ കൊണ്ട് മുടി കുട്ടിപ്പിടാൻ മെക്കിനാൻ മുല്ലപുമക്കും. മിച്ചയ ആപ്രായിച്ചുള്ള കൃഷിയിൽ ഒരേക്കരിൽ റാശിയിൽ മുടി കി.ഗ്രാമം നന്നായെ ആശയിച്ചുള്ള കൃഷിയിൽ 2 ദണി വരെയും വിലുപ്പി വരിക്കും.



100 ഗ്രാം കൃഷ്യയോഗ്യമായ റാഗിയിൽ അടങ്കിയിരിക്കുന്ന പോഷകാലടന താഴെ ചേർക്കുന്നു.

അന്നാജം - 59.5-61.2%

കൊഴുപ്പ് - 1.3 ഗ്രാം

പൊട്ടോറി - 7.3 ഗ്രാം

ധാരകകൾ - 2.5-3 ഗ്രാം

കേപ്പാന്തുകൾ - 11.5 ഗ്രാം

ഇരുപ്പ് - 3.9 മി.ഗ്രാം

കാശ്യം - 344 മി.ഗ്രാം



കുവരക്/പണ്ടംപൂള്-വിഭവങ്ങൾ

1. കുവരക് മുരുക്ക്

ചേരുവകൾ :

- 1 കപ്പ്
- 1 കപ്പ്
- 2 ടൈബ്‌പൂണിൾ
- 1/2 ടൈബ്‌പൂണിൾ
- 1 ടൈബ്‌പൂണിൾ

Farmer FIRST Programme (FFP)

കുവരക്/പണ്ടപ്പും

- * പരത്തുകും ശ്രദ്ധിക്കുക.
- * 2 മിനിട്ട് ഓരംഞഞകൾ നന്നായി ഇളക്കുക. അതിലെക്ക് ചൊക്കേള്ള് അരിഞ്ഞത് ചെറിക്കുക, നന്നായി ഇളക്കുക.
- * അരിഞ്ഞ് വച്ചിരിക്കുന്ന അണക്കിപ്പില്ലോ കൂടി ചെറിന് ചുട്ടുംടംടയും തന്നേ സ്റ്റിച്ചു വിള്ളുവുന്നതാണ്.

6) കുവരക്/പണ്ടപ്പും പായസം

ചോറുവകർ

- പണ്ടപ്പും ചെറിമിസബളി - 1 കപ്പ്
അണക്കിപ്പില്ലോ, ഉണകമുന്തിരി, നെയ്യ്, ബെളളം, പഞ്ചസം, ഏലയ്ക്കാ പൊടിച്ചു്.
പാക്കും ചെറുവും വിധം
- * ചുവവട് കുള്ളുംള പാത്രത്തിൽ പാൽ തിളപ്പി ചെയ്ക്കുക.
 - * അണക്കിപ്പില്ലോ, ഉണകമുന്തിരി, പണ്ടപ്പും ചെറിമിസബളി എന്നിവ നെയ്യിൽ പ്രത്തീക്കം പറുവത്തെടുക്കുക.
 - * പറുവത്തെടുത്ത പണ്ടപ്പും ചെറിമിസബളി തിളപ്പി പാലിലെക്ക് ഇളക്കുന്ന് നിന്നിട്ട് സമയം ചെക്കാരി അനുവദിക്കുക, പഞ്ചസം ചെറിന്ത നന്നായി ഇംഗ്ലീഷിക്കുക.
 - * മെൻസിൻരെ ചോറുവകർ നന്നായി തിളപ്പി തുടങ്ങുമ്പോൾ ഏലയ്ക്കാ പൊടി ചുത്തും വാട്ടുംപെച്ച ഉണകമുന്തിരി, അണക്കിപ്പില്ലോ മുതലായവയും കൂടി ചെറിക്കുക, തന്റെത്തിന് ശൊഷം പിളന്നുക.

7) കുവരക്/പണ്ടപ്പും-ഉള്ളിച്ചുപ്പാഞ്ചി

ചോറുവകർ

- പണ്ടപ്പും പൊടിച്ചു് - 1 കപ്പ്
ഉള്ളിച്ചുപ്പും, പച്ചമുളക്, തെരി, ബെളളം, മഴു, എണ്ണ
പാക്കും ചെറുവും വിധം
- * ചോറുവകർ എണ്ണം ചെറിന്ത നന്നായി കുഴച്ചുകുക.
 - * പാനിൻ എണ്ണു ദിശിച്ചു അണക്കിൽ പച്ച ചുട്ടാക്കുക.
 - * കുഴച്ചു പച്ചിരിക്കുന്ന മാപ് ചെറിയ ഉരുളക്കല്ലറ ചുക്കുക.
 - * ചെക്കും എണ്ണു പുരുഷയിനു ദൈഹം ഉരുള കുറി ചെക്കുവെള്ളത്തിൽ പച്ച പാത്രത്തുകുക.
 - * ചെറിയ തിയിൽ പാനിൻ പച്ച ഉരുളവസ്ഥാപി മരിച്ചിട്ട് ചുരുട്ടുകുക.
 - * തയ്യാറാകിയ 'ഓട്ട്' തെരി/അച്ചാർ/ മറ്റ് കുടികളുടെ കുടെ കഴിക്കാവുന്നതാണ്.

8) കുവരക്/പണ്ടപ്പും ലഡ്യാ

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| പണ്ടപ്പും പൊടി | - 1 കപ്പ് |
| പഞ്ചസം | - 1/2 കപ്പ് |
| നെയ്യ് | - 3 ടൈപ്പുണ്ണി |
| പാത്രം | - 1/4 കപ്പ് |
| ഏലയ്ക്കാ പൊടിച്ചു് | - 1 ടൈപ്പുണ്ണി |
| തെരി ചിരട്ടിയിൽ, ഉണകമുന്തിരി | - ചെറുതായി അരിഞ്ഞത് ആവശ്യത്തിൽ |



പാകും ചെറുവും വിധം

- * പണ്ണാപ്പുംബോടിച്ചു് ചെറുതായി മണം വരുന്നതുവരെ നന്നായി വായുത്തെടുക്കുക.
 - * ഉണകമുന്തിരി നന്നായി വായുത്തെടുക്കുക. പാൽ ചുട്ടുകുക, ശർക്കര ഉരുക്കുക.
 - * വായുത്തെടുത്ത ചെറുവകൾ നന്നായി കുഴക്കുക.
 - * ഒരു നെല്ലുകിൽ വലുപ്പുത്തിൽ ഉരുളകളാക്കുക. പിളന്നുക.
- 9) കുവരക്/പണ്ടപ്പും വിധം

പണ്ടപ്പും മാപ്

- | | |
|----------------|--|
| അരിപ്പോടി | - 1 കപ്പ് |
| പെരുകായപോടി | - 1 കപ്പ് |
| നെയ്യ് | - 1/4 ടൈപ്പുണ്ണി |
| കുഴുമുളക് പൊടി | - 2 ടൈപ്പുണ്ണി |
| കടലപ്പില്ലോ | - 2 ടൈപ്പുണ്ണി (വെള്ളത്തിൽ കുതിരിത്ത് കോരിയെടുത്തത്) |
- പാകും ചെറുവും വിധം

- * ആളുഭേദം അണ്വേ ചോറുവകൾ ഒരു വലിയ പാത്രത്തിലെടുത്ത് പാക്കുന്നിൽ ഉപ്പും ചെറിന്ത് നന്നായി ദിശിപ്പിച്ചുചെയ്യുക.
- * തുടർന്ന് കടലപ്പില്ലോ ആവശ്യത്തിൽ വെള്ളവും ചെറിക്കുക.
- * മാപ് നന്നായി കുഴച്ചുകുക.
- * ചെറിയ ഉരുളകളാക്കിയ ശൊഷം ചെറിയ/ ഇടത്തുകം ചെക്കുവാക്കി പണ്ണാക്കിയുകുക.
- * ചെറിയ ചുട്ടിൽ ഒരു പാനിൽ എണ്ണു ചുട്ടാക്കി, തയ്യാറാകി ചെളിക്കുന്ന ചെക്കുകൾ ശൊഷിക്കുന്ന നീരംകുരി നീരമാക്കും വരെ വരുവണ്ണുകുക.
- * കുടുതലും എണ്ണു വാഞ്ഞാപൊക്കാൻ അനുവദിച്ചു ശൊഷം പലഹാരമായി വിളാം.



10) കുവരക്/പണ്ടപ്പും പൊടി

- | | |
|------------------|--------------|
| കുവരക്/പണ്ടപ്പും | - 1 കി.ഗ്രാം |
|------------------|--------------|

തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം

- * പണ്ടപ്പും 12 മണിക്കുറി അരിഞ്ഞതുകൾ വെള്ള അതിൽ കുതിരിന്തുവയ്ക്കുക.
- * തുടർന്ന് കുതിരിന്തുവയ്ക്കുകുള്ള നഘ്പു വെള്ളത്തിൽ കഴുകി വരുക.
- * കഴുകി വരുയി പണ്ടപ്പും ഒരു വെള്ളത്തെ കേട്ടുണ്ടായാൽ തുണിക്കുരി എടുത്ത് കഴിക്കും.
- * കഴി തന്നുപോളുള്ള നമ്പരം സുക്കിക്കാം.
- * കീഴിലെക്ക് സുക്കിച്ചുകുള്ള പണ്ടപ്പും മുള ലീക്കാൻ കുറഞ്ഞത് 12 മണിക്കുറി വെളിവിലും.



കുവരക്/പണ്ടപൂല്ല്

- * പഞ്ചപൂല്ലിന് മുള പൊട്ടിയിരിക്കുന്നതായി കണ്ടാൽ ഒരു പാത്രത്തിലേക്ക് നിരത്താം.
- * പഞ്ചപൂല്ല് നന്നായി ഉണങ്ങുന്നതുവരെ (5-6 മണിക്കൂർ) തണലത്ത് ഉണക്കിയെടുക്കാം.
- * മുളപൊട്ടിയ പഞ്ചപൂല്ല് ഒരു പാനിൽ വരുത്തേണ്ടുക്കണം.
- * തുടർന്ന് പഞ്ചപൂല്ല് തണ്ണപ്പിച്ചട്ടത്ത് ശേഷം ഒരു മിക്സിയിലോ മില്ലിലോ പൊട്ടിച്ചട്ടുക്കാം.
- * വീടിലെ മിക്സിയിലാണ് പൊട്ടിച്ചട്ടകുന്നതെങ്കിൽ പല തവണ അരിപ്പ് യിൽ അരിച്ചട്ടത്ത് വീണ്ടും പൊട്ടിച്ചു വേണും നല്ല പൊട്ടിരുപത്തിലാക്കാൻ.

കുറിപ്പ്

പഞ്ചപൂല്ല കണ്ണതി ഉണ്ടാക്കുന്നതിനായി 2 ഫേബ്രുവരി സ്വന്തമാണ് പഞ്ചപൂല്ല് കട്ടപിടിക്കാതെ വെള്ളത്തിലിട്ട് ചെറുതീയിൽ നന്നായി വേവും വരെ തിളപ്പിച്ചെടുക്കണം. കുടുതൽ സ്വാദിനായി ഏതെങ്കിലും പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ കഷണങ്ങളാകി കണ്ണതിയിൽ ചേർത്തു കൊടുക്കാം.



Published by :

Dr. P. Chowdappa, Director, ICAR-CPCRI, Kasaragod

Dr. V. Krishnakumar, Head, ICAR-CPCRI, R.S, Kayamkulam.

Compiled by :

Dr. P. Anithakumari, Principal Scientist, ICAR-CPCRI, R.S, Kayamkulam.

Nimisha Augustine, Anjali R. Nathan



**ହର କଦମ୍ବ, ହର ଡନର
କିସାନୋ କା ଛମସଫର
ଆରତୀୟ କୃଷି ଅନୁସଂଧାନ ପରିଷଦ**

Agrisearch with a Human touch

Farmer FIRST Programme

Funded by

Indian Council of Agricultural Research (ICAR)

FFP being implemented in Pathiyoor Panchayath,
Alappuzha Dist., Kerala with participation and
involvement of the Panchayath committee,
Farmer leaders, Women SHGs, Rural youths
and the farming community

March 2018

1000 copies

Scanned by CamScanner