

७. मत्स्य पापड

डॉ. आशा के.के, डॉ. रेहाना राज, श्रीमती ग्रीष्मा एस.एस, डॉ. अभय कुमार

श्री श्रवण कुमार शर्मा

पापड हा भारतातील एक प्रसिध्द स्नॅक असून तो देशातील पुष्कळ भागात मोठ्या प्रमाणात खाल्ला जातो. पापड एकतर तळलेल्या किंवा भाजलेल्या स्वरूपात किंवा व्हेजिटेबल सूप आणि करीज् यांबरोबर जोड पदार्थ म्हणून खाल्ला जातो. पापड हे मुख्यतः उडीद डाळ, मूग डाळ, इतर डाळी, तांदळाचे पीठ, बटाटे, साबूदाणा यामध्ये मीठ-मसाले घालून बनवले जातात. सध्या ग्राहकांमध्ये पारंपारिक अन्नपदार्थांची वाढती मागणी आहे. ही मागणी कमी किंमतीच्या कच्च्या मालापासून विविध प्रकारांचे पापड बाजारात आणण्यासाठी संधी उपलब्ध करून देते. ग्राहकांमधील स्वास्थ्यासंबंधी जाणीव त्यांना अन्नपदार्थांविषयी खूप निवडक बनवते. त्यामुळे पोषक अन्नघटकांनी बळकटी मिळवलेल्या उत्पादनांना मागणी मिळते. मासे हे पोषक घटकांचा उत्तम स्रोत असल्यामुळे ते पापडातील पोषण मूल्यांना जोड देतात आणि त्याद्वारे ग्राहकांची मागणी पुरवली जाते.

मत्स्य पापडासाठी वापरली जाणारी सामग्री:

मत्स्य पापड बनवण्यासाठी शिजवलेले माशांचे मांस वापरले जाते. जर कमी तेलकट मासे वापरले तर चविष्ट पापड बनविण्यासाठी 50% पर्यंत मत्स्य मांसाचा समावेश करता येतो. उडीद डाळ, सोडिअम बायकार्बोनेट

आणि मीठ यांसारखे इतर अन्नघटक वापरले जातात. चवीनुसार विविध मसाल्यांमध्ये फेरबदल करून पापड बनविता येतात.

साहित्य	ग्रॅम/100 ग्रॅम
माशांचे शिजवलेले मांस	20-50

उडीद डाळ	50-80
खाण्याचा सोडा	1.0
मीठ	0.6
हिंग	0.5
जिरे	1.0
कुटलेली काळी मिरी	0.5

मत्स्य पापड बनविण्याची पध्दत

- लागणारे साहित्य ब्लेंडरमध्ये एकत्र करून घेणे
- पीठाला 10 मिनिटे सेट होण्यासाठी ठेवणे
- गोल आकाराचे पातळ पापड लाटणे
- लाटण्यासाठी कॉर्न फ्लोअरचा वापर करावा, जेणेकरून लाटताना चिकटणार नाहीत
- लाटलेले पापड 50°C तापमानाला 15 मिनिटे गरम ओव्हनमध्ये सुकवणे
- पॅक करून साठवणे



साठवणीचा कालावधी

साधारणतः मत्स्य पापड खोलीच्या तापमानाला एक आठवडा आणि थंड तापमानाला 4°C एक महिना टिकू शकतात. तरीसुद्धा उत्पादनाची टिकून राहण्याची स्थिरता वापरलेल्या माशांचे प्रमाण आणि प्रकार यांनुसार बदलते.


