

पीने लायक बनाने की तैयारी:

5 ग्राम सूप पाउडर को 100 मिलीलीटर पानी में 5 मिनट के लिए उबालें।  
सूप पीने के लिए तैयार है।

### अनुवाद

श्रीमती त्रिवेणि अडिगा  
श्रीमती संगीता गायकवाड  
कुमारी मेघा जी

### द्वारा तयार

डॉ. एल.एन. मुर्ती  
डॉ. ए. जेयाकुमारी  
डॉ. अभय कुमार

2018

### अधिक जानकारी के लिए संपर्क

भाकूअनुप - केन्द्रीय मात्स्यिकी प्रौद्योगिकी संस्थान का

मुंबई अनुसंधान केंद्र

सिडको प्रशासनिक भवन, सेक्टर-1

वाशी, नई मुंबई-400703

टूरभाष: (022) 27826017

फैक्स: (022) 27827413

ई मेल: [ciftmum@gmail.com](mailto:ciftmum@gmail.com)



## मछली सूप पाउडर



भाकूअनुप - केन्द्रीय मात्स्यिकी प्रौद्योगिकी संस्थान का  
मुंबई अनुसंधान केंद्र, वाशी, नई मुंबई



## उत्पाद

सब्जियों, मांस, अंडे, चिकन इत्यादि जैसी विभिन्न सामग्रियों से तैयार सूप पाउडर बहुत लोकप्रिय हैं और दुनिया के विभिन्न हिस्सों में व्यापक रूप से उपभोग किए जाते हैं। ये प्रोटीन, विटामिन, तेल और खनिज जैसे आहार घटकों से समृद्ध हैं। हालांकि, मछली से बनाए गए सूप इतने प्रचलित नहीं हैं। लेकिन हमारे देश में पाई जानेवाली कम आर्थिक मूल्यवाली मछलियों को समान गुणों से भरपूर उत्पाद बनाने की तैयारी के लिए बहुत अच्छी तरह से नियोजित किया जा सकता है।

## मुख्य सामग्री

पका हुआ मांस	:750 ग्राम
नमक	:170 ग्राम
तेल	:125 ग्राम
प्याज	:750 ग्राम
धनिया पाउडर	:12 ग्राम
कॉर्नस्टार्च	:250 ग्राम
दूध पाउडर	:100 ग्राम
चीनी	:30 ग्राम
काली मिर्च (पाउडर)	:15 ग्राम
एस्कोरबिक एसिड	:1.5 ग्राम
कार्बोक्सिमथिल सेलूलोज़	:3 ग्राम

## बनाने की विधि

*प्रसंस्कृत मछली मांस का मिश्रण:*

प्रसंस्कृत मछली के मांस को लगभग 150 मिलीलीटर पानी में मिलाकर ब्लेंडर में अच्छी तरह मिलाएं।

*तली हुई सामग्री के साथ फिर से मिश्रण:*

उपरोक्त संरचना(टेबल) में दिखाए गए मात्रा के अनुसार तेल में प्याज को तले। जब प्याज हल्का भूरा हो जाए तो धनिया और काली मिर्च पाउडर डालकर अच्छे से मिलाले। आग से निकालें। ठंडा होने दो। दूध पाउडर के अलावा तला हुआ प्याज और अन्य घटक उपरी मछली मिश्रण में डालें। और तब तक ब्लेंड करें जब तक कि यह एक गाढ़ा पेस्ट न हो जाए।

*सुखाना:*

उपरी गाढ़े मिश्रण को एक एल्यूमीनियम ट्रे में पतली परत में डालकर लगभग 70 डिग्री सेल्सियस पर कृत्रिम ड्रायर में सुखा लें।

*दूध पाउडर के साथ पाउडर बनाए:*

सुखे हुए मिश्रण के साथ स्किम्ड दूध पाउडर मिलाकर अच्छी तरह, एकसंघ होने तक मिलाए।

*पैकेजिंग:*

तैयार सूप पाउडर हवा बंद, पॉलिथिन तथा एल्यूमीनियम फॉयल थैलीओं में पैक करें।(उत्पाद का संग्रहण जीवन 1 वर्ष है)