आंवला : उत्पादन एवं परिरक्षण

आर. ए. कौशिक, एस. एस. शर्मा, आर. के. गोदारा एवं एस. एस. यादव

विस्तार शिक्षा निदेशालय
चौ. चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय
हिसार 125 004 (हरियाणा)

आंवला : उत्पादन एवं परिरक्षण

आर. ए. कौशिक
एस. एस. शर्मा
आर. के. गोदारा
एस. एस. यादव

विस्तार शिक्षा निदेशालय
चौ. चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय
हिसार 125 004 (हरियाणा)

प्राक्कथन

आंवला एक बहुत ही पौष्टिक फल है। यह विटामिन सी का मुख्य स्त्रोत है। आयुर्वेद में आंवले को बहुत महत्व दिया गया है। आंवले के पौधे में कुछ ऐसे गुण हैं जिससे यह शुष्क व अर्धशुष्क क्षेत्रों में व्यावसायिक बागवानी के लिये बहुत ही सफल फलदार वृक्ष है। आंवले की खेती सभी प्रकार की भूमि जैसे कि रेतीली, क्षारीय, पथरीली एवम् बंजर, जहां पर दूसरे फलदार वृक्ष या अन्य फसलें नहीं उगाई जा सकती, वहां पर भी सफलतापूर्वक की जा सकती है।

उपर्युक्त गुणों के कारण इसकी बागवानी प्रति वर्ष बढ़ रही है। हरियाणा राज्य में भी इसकी खेती के प्रति किसानों का रुझान बढ़ रहा है। इसके महत्व एवं उपयोगिता को ध्यान में रखते हुऐ इस पुस्तिका को प्रकाशित किया जा रहा है। इस पुस्तिका में **आंवले की व्यावसायिक बागवानी** कैसे करें विषय का सरल एवम् लोक भाषा में विस्तार से वर्णन किया गया है। आशा ही नहीं अपितु पूर्ण विश्वास है कि यह पुस्तिका प्रगतिशील बागवानों, कृषि विस्तार से जुड़े अधिकारियों, संस्थाओं एवम् विद्यार्थियों के लिए उपयोगी सिद्ध होगी।

(आर. के. मलिक)
निदेशक
विस्तार शिक्षा निदेशालय
चौ. चरण सिंह ह.कृ.वि., हिसार

विषय सूची

भूमिका 1

बाग लगाने की तैयारी एवम् पौध प्रवर्धन

भूमि एवं जलवायु 2

1) मिट्टी की जांच 2

2) पानी की जांच 2

3) खेत की तैयारी 3

4) गड्ढे की तैयारी 3

5) बाग लगाने का समय 3

6) पौधे कहाँ से लें 3

7) पौधे लगाते समय सावधानियाँ 3

8) बाग के बचाव के लिए बाढ़ 4

प्रवर्धन 4

किस्में व सस्य क्रियाएँ

क) किस्में 5

ख) खाद एवं उर्वरक 7

ग) सिंचाई एवं खरपतवार नियन्त्रण 8

घ) कटाई व छटाई 8

ड़) पुराने व देसी पेड़ों का सुधार 8

फल तोड़ाई, उपज, ग्रेडिंग, पैकिंग व विपणन 9

कीट एवं बीमारियाँ 11

आंवला परिरक्षण 13

आंवले का मुरब्बा 13

आंवले की कैंडी 15

आंवले की चटनी 16

च्यवनप्राश 16

शरबत 17

लच्छे 18

चूर्ण 18

भूमिका

शुष्क क्षेत्रों की भूमि आमतौर पर रेतीली होने के साथ–साथ नमी रोक पाने में असमर्थ होती है। इन क्षेत्रों में सिंचाई योग्य पानी का भी अभाव है। ऐसे क्षेत्रों में क्षारीय भूमि और तेलीय पानी की भी समस्याएँ होती हैं। इस क्षेत्र में मिट्टी का खारा अंश भी 9 से ज्यादा पाया गया है। ऐसी परिस्थितियों में हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के क्षेत्रीय अनुसंधान केन्द्र, बावल (रेवाड़ी) में बागवानी पर कुछ सफल परीक्षण किये गये हैं। ऐसे ही एक परीक्षण से पता चला है कि यदि वर्षा के पानी का ठीक प्रबन्ध किया जाये तो आंवला इन क्षेत्रों में सफलतापूर्वक उगाया जा सकता है, क्योंकि आंवले पर शुष्क व गर्म हवाओं तथा पाले का कोई विशेष कुप्रभाव नहीं पड़ता है और इससे बिना किसी विशेष देखभाल के लगभग 30,000 रूपये प्रति एकड़ वार्षिक आय ली जा सकती है। आंवले की खेती मुख्य रूप से उत्तर प्रदेश में की जा रही है। इसके अतिरिक्त आंवले का क्षेत्र अन्य राज्यों जैसे हरियाणा, पंजाब, गुजरात, महाराष्ट्र, राजस्थान, आन्ध्र प्रदेश, तमिलनाडू व हिमाचल प्रदेश में है। भारत में लगभग 50,000 हैक्टर भूमि पर आंवले की खेती से लगभग 1.5 लाख टन आंवला पैदा हो रहा है। आंवला युफोरबिएसी कुल का पौधा है और वानस्पतिक भाषा में इसे इम्लिका आफिसिनेलिस के नाम से जाना जाता है। बारानी का बादशाह माने जाने वाले बेर की अपेक्षा अब किसान आंवला के प्रति अधिक रूचि लेने लगे हैं। आंवले की लोकप्रियता का कारण इसकी अत्यधिक उपयोगिता है। यह बहुत ही पौष्टिक फल है और इसमें विटामिन सी प्रचुर मात्रा में पाया जाता है।

आंवले का प्रयोग मुख्य रूप से संसाधित पदार्थ तैयार करने वाली फैक्टरियों में मुरब्बा या अन्य परिरक्षित खाद्य पदार्थ बनाने में किया जाता है। आंवला दांतों के लिए बहुत अधिक लाभदायक होता है और स्कर्वी नामक रोग को ठीक करता है। आंवले का मुरब्बा खाने से शरीर स्वस्थ रहता है। इसके फलों को पानी में उबालकर बचे पानी से बालों की धुलाई करने से बालों का गिरना कम होता है। आयुर्वेदिक चिकित्सा–प्रणाली में आंवले का बहुत महत्व है और इसका प्रयोग अनेक प्रकार की दवाएँ जैसे च्यवनप्राश, त्रिफला, आरोग्य वर्धनी इत्यादि के निर्माण में किया जाता है। विभिन्न प्रकार के शैम्पू, तेल व रंग आदि बनाने में भी आंवलें का प्रयोग होता है। आंवले के सूखे फल को शक्कर के साथ खाने से पीलिया रोग ठीक हो जाता है।

आंवले में पाये जाने वाले तत्व व विटामिन इस प्रकार है :–

पानी	81.2	प्रतिशत	प्रोटीन	0.5	प्रतिशत
वसा	0.1	प्रतिशत	खनिज पदार्थ	0.7	प्रतिशत
रेशे	3.4	प्रतिशत	कार्बोहाईड्रेट	14.0	प्रतिशत
कैल्शियम	0.05	प्रतिशत	फास्फोरस	0.02	प्रतिशत
लौह	1.2	प्रतिशत	विटामिन सी	600	मिली ग्राम/100ग्राम
विटामिन बी–1	30	मिली ग्राम/100ग्राम			

आंवले का उपयोग आँख, दाँत, हृदय व पेट के रोग, मधुमेह, कफ, खाँसी, दस्त तथा बालों के झड़ने आदि में होता है। इन सब विशेषताओं के साथ–साथ इस की खेती में कोई विशेष देखभाल, रखवाली तथा प्रबन्ध की भी आवश्यकता नहीं पड़ती।

बाग लगाने की तैयारी एवम् पौध प्रवर्धन

भूमि एवं जलवायु

आंवले की खेती प्रायः सभी प्रकार की भूमि में की जा सकती है। आंवले का पौधा काफी कठोर होता है इसलिए उसर, बंजर, अनउपजाऊ तथा असिंचित जमीन में भी जिनका पी.एच. मान 7.5–9.5 तक एंव विनियमशील सोडियम 35–40 प्रतिशत तथा विद्युत चालकता 9.0 म्होज प्रति सै.मी. तक हो, में आंवले की खेती की जा सकती है। वैसे बालुई दोमट भूमि जो कैल्शियम युक्त हो और जिसमें उचित जल निकास हो, सर्वोतम रहती है। आंवला एक उपोष्ण कटिबंधीय फल है परन्तु इसकी खेती उष्ण कटिबंधीय जलवायु में भी आसानी से की जा सकती है। आंवले पर शुष्क व गर्म हवाओं तथा पाले का कोई विशेष प्रभाव नहीं पड़ता है। छोटे पौधों को मई–जून की गर्म हवाओं तथा सर्दियों में पाले से बचाना चाहिए। आंवले के परिपक्व पौधें पाले को सहन कर सकते है ऐसे पौधों पर उच्च तापमान का भी कोई प्रभाव नहीं पड़ता। गर्म जलवायु फूल आने में सहायक होती है। आमतौर पर आंवलें के वृक्ष 4–5 वर्षो बाद पैदावार देना आरम्भ करते है और कई वर्षो तक पैदावार देते रहते है। इसलिए बाग लगाते समय अन्य फसलों की तुलना में अधिक ध्यान देने की जरूरत है। नया बाग लगाने से पहले यदि निम्नलिखित बातों का ध्यान रखा जाए तो निश्चित रूप से बाग लगाना एक मुनाफे का सौदा रहेगा।

1. मिट्टी की जांच

बाग लगाने से पहले खेत की मिट्टी की जॉच अवश्य करवा लेनी चाहिए। मिट्टी की जॉच के लिए 2 मीटर की गहराई तक नमूना लेना जरूरी होता है, क्योंकि फलदार पौधों की जड़े काफी नीचे तक जाती हैं। दो मीटर की गहराई तक 7 नमूने इक्ट्ठे किये जाते हैं जो इस प्रकार हैं :– उपरी सतह से 15 सै. मी., 15 से 30 सै.मी, 30 से 60 सै. मी., 60 से 90 सै. मी., 90 से 120 सै. मी, 120 से 150 सै. मी. तथा 150 से 200 सै.मी. । इन नमूनों को अलग–अलग साफ–सुथरी कपड़े की थैलियों में भर कर प्रत्येक नमूने पर नमूने की गहराई लिख कर किसी जिला स्तरीय मिट्टी परीक्षण प्रयोगशाला या ह.कृ. वि. की मिट्टी–परीक्षण प्रयोगशाला में भेज दें जहाँ पर इस मिट्टी की जाँच की जाती है। नमूना लेते समय जमीन में पाई जाने वाली कंकर की तह का नमूना अलग से लें और इसकी गहराई व मोटाई भी लिख लें।

2. पानी की जाँच

अपने ट्यूबवैल के पानी की जाँच उपर बताई गई प्रयोगशाला में अवश्य करवा ले। पानी की जॉच के लिए ट्यूबवैल को 3–4 घन्टे तक चलाएं और इसके बाद साफ सुथरी कांच की बोतल में पानी का नमूना लें। नमूने पर अपना पता अवश्य लिख दें।

3. खेत की तैयारी

जिस प्रकार घर बनाते समय अच्छी नींव खोदना जरूरी होता है, उसी प्रकार बाग लगाते समय सही प्रकार के गड्ढे खोदना महत्वपूर्ण है। सबसे पहले खेत को समतल कर लें। ढैंचा या ग्वार की हरी खाद लगा कर भूमि की उपजाऊ शक्ति बढ़ा सकते हैं। बारानी क्षेत्रों में खेत की मेड़बन्दी आवश्यक है ताकि वर्षा के पानी का समुचित उपयोग हो सके।

4. गड्ढ़े की तैयारी

मई–जून के महीने में 8 x 8 मीटर की दूरी पर 1 x 1 x 1 मीटर आकार के गड्ढ़े खोद लेने चाहिए। यदि कड़ी परत अथवा कंकड़ की तह हो तो उसे खोदकर अलग कर देना चाहिए अन्यथा बाद में पौधों की वृद्धि पर प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है। इन गडढ़ों में बरसात का पानी भरने देना चाहिए। प्रत्येक गड्ढ़े की ऊपरी आधी मिट्टी व उतनी ही सड़ी हुई गोबर की खाद 1–1.5 किलोग्राम सिंगल सुपर फासफोरस एवं 50 ग्राम फालीडान या क्लोरपाईरीफोस पाउडर डालकर उसे अच्छी तरह मिला कर गड्ढ़ो को भर देना चाहिए।

5. बाग लगाने का समय

बाग अगस्त–सितम्बर (बरसात) व 15 जनवरी–15 फरवरी के महीनों में लगाया जा सकता है। शुष्क क्षेत्रों में अगस्त–सितम्बर वाला समय ही अच्छा रहता है। फरवरी में लगाये गये पौधे पानी के अभाव में मई–जून की गर्मी के कारण मर सकते हैं। अगर पानी का समुचित प्रबन्ध है या टपका प्रणाली द्वारा पानी देना है तो फरवरी का समय उचित है क्योंकि उस समय पौधे बिना मिट्टी (बेयर रूटीड) के लगाए जा सकते हैं।

6. पौधे कहाँ से लें

पौधे हमेशा विश्वसनीय स्त्रोत सरकारी या पंजीकृत पौधशाला से ही लेने चाहिए। पेबन्दी पौधे दो साल से पुराने नहीं होने चाहिए और पेबन्द ठीक प्रकार से की गई है या नहीं यह भी देख लेना चाहिए। पौधे को नर्सरी से निकालते समय पूरी गॉची सहित लेना चाहिए अन्यथा आपके खेत में पौधे मर जायेंगें। पौधे रोग रहित होने चाहिए।

7. पौधे लगाते समय सावधानियाँ

खेत में पौधा सही उसी प्रकार से लगना चाहिए जैसा की यह नर्सरी में लगा हुआ था। पौधे के चारों तरफ की मिट्टी को अच्छी प्रकार से दबा दें। यदि मूलवृन्त से कोई फुटाव दिखाई दे तो उसे भी हटा दें। पौधे लगाने के तुरन्त बाद सिंचाई कर दे।

८. बाग के बचाव के लिए बाड़

बाग को गर्म एवम् सर्द हवाओं से बचाने के लिए बाग लगाने से पहले वायुरोधक पेड़ अवश्य लगाने चाहिए। वायुरोधक पेड़ उस दिशा में लगाने चाहिए जिस दिशा से हवाऐं ज्यादा चलती हो। जंगल जलेबी, जामुन, अर्जुन, शहतूत इत्यादि पेड़ इस काम आ सकते हैं। बाड़ के लिए करौंदा, सागरघोटा तथा बोगन बेलिया प्रयोग में ली जा सकती है।

प्रवर्धन

आंवले का प्रवर्धन बीज तथा वनस्पतिक दोनों विधियों द्वारा किया जाता है। परन्तु अच्छी फसल एवं व्यावसायिक खेती हेतु केवल कलमी पौधों को ही लगाना चाहिए। कलमी पौधें किसी विश्वस्त नर्सरी से लेकर उन्हें पूर्णतया तैयार गड्ढ़ों में लगाना न केवल ज्यादा उपयोगी है बल्कि अच्छी फसल व उसकी गुणवत्ता के हिसाब से भी लाभकारी है। बीज द्वारा तैयार पौधे अधिक समय में फल देना आरम्भ करते हैं और फल गुण तथा आकार में मातृ पौधे जैसे नहीं होते। किसान खुद भी आंवले के कलमी पौधे तैयार कर सकते हैं। इसके लिए बीज द्वारा उगाये गये पौधें पर अगस्त के महीने में पैबंदी चश्मा, छल्ला विधि या विनियर कलम द्वारा कलमी पौधें तैयार हो जाते हैं। आंवले के फल फरवरी महीने में एकत्र करने चाहिए, जब फल पूरी तरह पक जाते है। फल धूप में सुखाने पर अपने–आप फट जाते हैं और बीज बाहर आ जाते हैं। एक किलोग्राम बीज प्राप्त करने के लिए लगभग एक क्विंटल फलों की जरूरत होती है। बीज जितना ताजा होगा, जमाव उतना ही अच्छा होगा। बीज को बोने से पहले यदि 12 घंटे पानी में भिगो लिया जाता है तो जमाव अच्छा होता है। बीज को क्यारियों या पोलीथिन की थैलियों में बोया जाता

है। उत्तरी भारत में मार्च–अप्रैल का महीना आंवले की बीजाई के लिए उपयुक्त पाया गया है क्योंकि देर से बीजाई करने पर पौध उसी वर्ष कलिकायन योग्य नहीं हो पाती है। अगस्त–सितम्बर के महीने में पौध कलम चढ़ाने योग्य हो जाती है। सांकुर शाखा (कलम) ऐसे पौधों से लेनी चाहिए जो अधिक फल देने के साथ–साथ कीड़े तथा बीमारियों से मुक्त हो। उत्तरी भारत में अगस्त–सितम्बर के महीने में पैबन्दी चश्मा या छल्ला विधि द्वारा कलम चढ़ाने से अच्छी सफलता प्राप्त होती है। यदि सांकुर शाखाएं किसी दूसरे स्थान से ले कर आनी हो तो उन्हें भीगी हुई मौस घास में लेकर आएं। ऐसी शाखाएं 4–5 दिन तक प्रयोग में ली जा सकती हैं।

किस्मे व सस्य क्रियाएँ

किस्में :– अच्छी उपज प्राप्त करने के लिए उपयुक्त किस्मों का चयन करना बहुत जरूरी है। अधिक पैदावार के लिए हमेशा दो या दो से अधिक किस्में लगानी चाहिए। आंवले की प्रमुख किस्में इस प्रकार हैं :–

1. चकैइया

इस किस्म की पैदावार अधिक, परन्तु फल का वजन 30–35 ग्राम तक ही होता है। इसके फल हरे रंग के, चपटे तथा रेशेदार होते हैं। यह किस्म देर से पकती है।

2. कंचन

यह चकैइया किस्म से चयनित की गई है। इसके वृक्ष फैलने वाले मादा फूलों की संख्या अधिक होने के कारण अच्छी फलत होती है। फल मध्यम आकार, लम्बे गोल, चिकनी सतह तथा हल्के पीले रंग के होते है। गूदा मध्यम, रेशायुक्त तथा सख्त होता है। मध्य में पकने वाली किस्म है। यह किस्म मध्य नवम्बर–मध्य दिसम्बर तक पक कर तैयार हो जाती है।

3. कृष्णा

यह बनारसी की चयनित किस्म है, परन्तु इसमें बनारसी की अपेक्षा अधिक पैदावार होती है। इसके फल मध्यम से बड़े आकार वाले लगभग 45–50 ग्राम गोल चपटे चिकनी सतह एवं सफेदी लिए हुए हरे रंग के होते हैं। यह एक अगेती किस्म है जो मध्य अक्तूबर से मध्य नवम्बर में पक कर तैयार हो जाती है। मुरब्बा तथा कैण्डी बनाने के लिए उपयुक्त किस्म है।

4. नरेन्द्र आंवला–6

यह चकैइया से चयनित किस्म है, इसके फलों का आकार मध्यम गोल, सतह चिकनी, हरा पीला चमकदार रंग, गूदा लगभग रेशाहीन, मुलायम होता है। इसकी उत्पादन क्षमता मध्यम होती है। मुरब्बा तथा कैण्डी हेतु सर्वोत्तम किस्म है।

5. नरेन्द्र आंवला–7

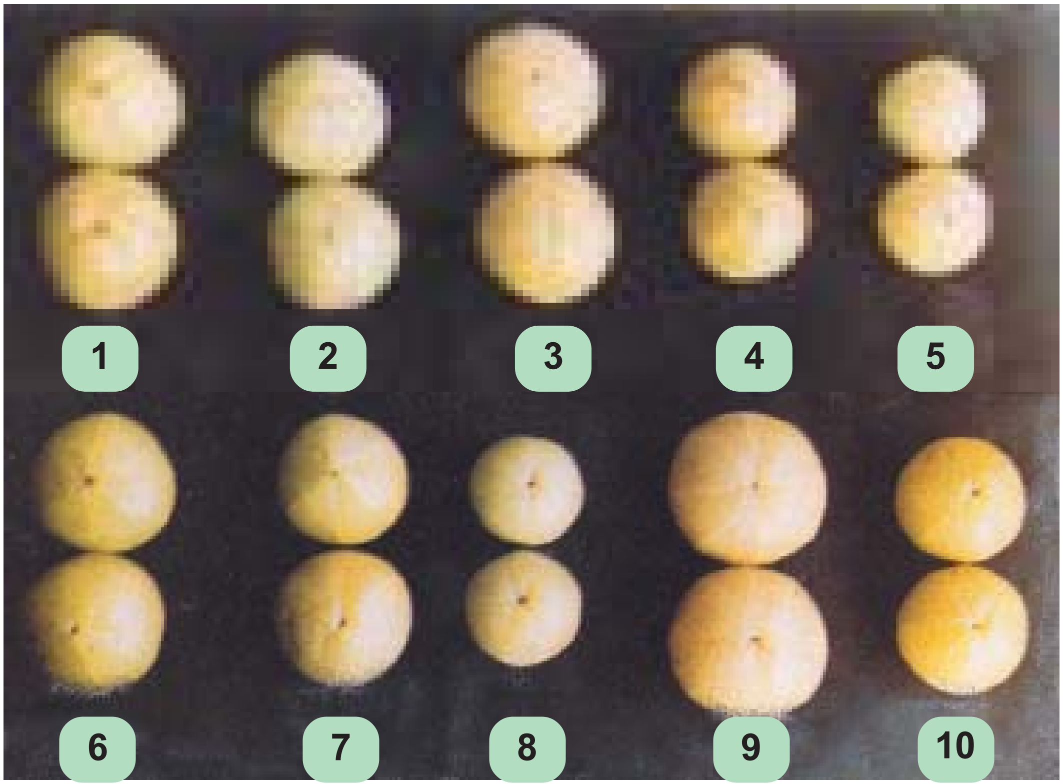
यह फ्रांसिस किस्म के बीजू पौधों से चयनित किस्म है। फल मध्यम से बड़े आकार 40–50 ग्राम, लम्बे गोल, चिकनी सतह तथा हल्के पीले होते हैं, गूदा लगभग रेशाहीन होता है। यह अधिक उत्पादन देने वाली किस्म है तथा मध्य समय में पकने वाली किस्म है। इस किस्म की प्रमुख समस्या अधिक फलत के कारण इसकी शाखाओं का टूटना है। अतः फल बढ़ने के समय शाखाओं को सहारे की जरूरत होती है।

6. नरेन्द्र आंवला–10

बनारसी किस्म से चयनित व अधिक फल देने वाली अगेती किस्म है। इसके फल बड़े आकार के लगभग 45–50 ग्राम, हल्का पीला गुलाबी रंग लिए तथा रेशे की मात्रा बहुत ही कम होती है। यह किस्म मुरब्बा के लिए अच्छी है। व्यावसायिक खेती हेतु उपयुक्त किस्म है परन्तु एकान्तर फलन की समस्या पाई गई है। च्यवनप्राश, चटनी, अचार, स्क्वैश तथा जैम बनाने के लिए उपयोगी किस्म है।

7. बनारसी

इसके फल बड़े आकार के होते हैं। फल का औसत वजन 45–50 ग्राम होता है। औसतन एक वृक्ष से 200 कि. ग्रा. फल प्राप्त हो जाते हैं। फलों में विटामिन सी की मात्रा 417 मि. ग्रा./100 ग्राम व कुल घुलनशील तत्व की मात्रा 13.2 प्रतिशत होती है। कम



आंवला की विभिन्न किस्मों का आकार, आकृति एवं बनावट : 1–बनारसी, 2–फ्रासिस, 3–कृष्णा, 4–चकैइया, 5–कंचन, 6–एन ए–6, 7–एन ए–7, 8–एन ए–8, 9–एन ए–9 एवं 10–एन ए–10

(स्त्रोत : आंवला प्रोडक्शन एण्ड पोस्ट हारवेस्ट टैक्नोलोजी, नरेन्द्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय, कुमारगंज, फैजाबाद)

फल देने वाली अगेती किस्म है। अधिक मात्रा में फलों का गिरना तथा फलों की भण्डारण क्षमता कम होने के कारण इस किस्म की लोकप्रियता घट रही है।

उपर्युक्त किस्मों के अतिरिक्त आनन्द–1, आनन्द–2 तथा आनन्द–3 किस्में गुजरात राज्य से विकसित की गई है, लेकिन इन किस्मों की गुणवत्ता तथा उपज का देश के अन्य राज्यों में अभी तक ज्यादा परीक्षण नहीं हुआ है।

खाद तथा उर्वरक :– आंवले की अच्छी उपज के लिए 10 कि. ग्रा. गोबर की खाद प्रति साल प्रति पौधे की आयु के अनुसार देनी चाहिए। एक पूर्ण विकसित वृक्ष 10 वर्ष या अधिक आयु के लिए 100 कि.ग्रा. गोबर की खाद, 1.00 कि. ग्रा. किसान खाद और 2.5 कि. ग्रा. सुपर फास्फेट प्रति पेड़ के हिसाब से फरवरी माह में फूल आने से पहले व 1.00 कि. ग्रा. किसान खाद जुलाई में डालें। यदि भूमि में पोटाश की कमी है तो मिट्‌टी की जांच के अनुसार पोटाश की खाद भी डाल सकते हैं।

पलवार (मल्चिंग) :– आंवले के पौधों में जैविक पदार्थों की पलवार विशेषकर बंजर भूमि में उपयोगी पाई गई है। पुवाल, घासफूस, ईख की पत्ती एवं गोबर की खाद आदि का उपयोग किया जा सकता है। इसे प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। इस तरह मल्चिग करने से खरपतवार नियन्त्रित रहते हैं।

सिंचाई एवं खरपतवार नियन्त्रण :– आंवला के नवरोपित बागों में गर्मी के मौसम में 10 दिन के अन्तराल पर तथा जाड़े में एक माह के अन्तर पर पेड़ों की सिंचाई करते रहना चाहिए। पौधों के बड़े हो जाने पर बागों में मई–जून माह में एक बार पानी देना आवश्यक है। फूल आते समय बागों में किसी तरह से पानी नहीं देना चाहिए। इसके साथ ही बाग की निराई–गुड़ाई करके खरपतवार आदि निकाल देना चाहिए। उसर भूमि में लगे बागों में प्रत्येक वर्ष हरी खाद के लिए ढैंचा की बुवाई कर देने से भी मृदा में काफी सुधार होता है।

अन्तःफसलीकरण :– आरम्भ के 3–4 वर्षों में जब तक आंवला फल नहीं देता अन्तःफसलीकरण अपनाया जा सकता है। विशेष रूप से दलहनी फसलों या सब्जियों की खेती अन्तःफसलीकरण के रूप में लाभप्रद पाई गई है। हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के क्षेत्रीय अनुसंधान केन्द्र, बावल में किए गए एक परीक्षण से पता चला है कि यदि आँवलें के बाग में घीया, तोरी व टमाटर की खेती की जाए तो आरम्भ के दो वर्षों में 10000–50000 रूपये प्रति वर्ष, प्रति एकड़ की अतिरिक्त आय ली जा सकती है। ध्यान रखने योग्य बात यह है कि आंवला तथा सब्जियों में टपका विधि द्वारा सिंचाई की गई थी।

कटाई व छंटाई :– आंवले के पौधों को अच्छा ढ़ाचा देने के लिए प्रथम दो वर्ष तक पौधे को जमीन से लगभग 60–70 से.मी. की ऊचांई तक अकेले बढ़ने देना चाहिए। इसके बाद दो से चार शाखाएँ विपरीत दिशाओं में निकलने देनी चाहिए। अनावश्यक शाखाओं को शुरू में हटाते रहना चाहिए। इसके बाद चार से छः शाखाओं को चारों दिशाओं में निकलने दें। आंवले में फल आने पर नियमित कांट–छांट की आवश्यकता नहीं होती। सूखी, रोगी, टूटी हुई, कमजोर व एक दूसरे में फसी हुई टहनियों को हटाते रहना चाहिए।

पुराने व देसी पेड़ों का सुधार :– आंवले के पुराने व देसी पेड़ों को, जिनकी पैदावार काफी कम है तथा फलों की गुणवत्ता भी अच्छी नहीं है, शिखर प्रत्यारोपण (टॉप वर्किगं) विधि द्वारा मन चाही किस्म में बदला जा सकता है। इस विधि में देसी (बीजू) पेड़ की शाखाओं को मार्च के महीने में काट देते हैं। इन कटी हुई शाखाओं को गोबर का लेप करने के बाद बोरी से ढ़क देते हैं ताकि सूर्य की गर्मी का प्रभाव न पड़े। कटे हुए भाग

से नए कल्ले छांट लें और बाकी को हटा देते हैं। अगस्त के महीने में इन नए कल्लों (एक पेड़ पर 10–15) पर पैबन्दी चश्मा विधि द्वारा उन्नत किस्म की कलम चढ़ा देते हैं। इस प्रकार तैयार पौधे अगले वर्ष से फल देना प्रारम्भ कर देते हैं। इस तकनीक द्वारा पुराने कम उपज देने वाले पेड़ों का जीर्णोद्वार किया जा सकता है। आंवले की कुछ किस्मों में स्वयं असंगता या अनिषेच्यता होने के कारण फल न लगने की समस्या होती है। इसलिए आंवले की कम से कम दो किस्मों के साथ लगाने की सिफारिश की जाती है। लेकिन अज्ञानतावश कई किसान आंवले की एक ही किस्म को बड़े स्तर पर लगा देते हैं। इन हालात में आंवले के कुछ पेड़ों पर या पेड़ों की कुछ शाखाओं पर किसी दूसरी किस्म की सांकुर शाखा लगाकर शिखर प्रत्यारोपण कर इस समस्या का समाधान आसानी से किया जा सकता है।

फल तुड़ाई, उपज, ग्रेडिंग, पैकिंग व विपणन

फल तुड़ाई एवम उपज :– आंवले के छोटे पेड़ों में तुड़ाई हाथ से तथा बड़े पेड़ों में सीढ़ियों पर चढ़कर की जाती है। फलों को सुबह तोड़ना अच्छा रहता है। ध्यान रहे तुड़ाई के समय फल जमीन पर न गिरने पाये अन्यथा ऐसे फलों पर काले धब्बे पड़ जाते हैं और बाद में भण्डारण के दौरान ऐसे फलों के सड़ने की सम्भावना रहती है जो दूसरे फलों को भी प्रभावित करते हैं। आंवले के कलमी पौधों से चौथे वर्ष से फल मिलना शुरू हो जाता है। इसका फल नवम्बर–दिसम्बर में पक कर तैयार होता है। परिपक्वता पर आंवले का रंग कुछ सफेदी लिए हुए हरा होता है। आपेक्षित घनत्व इस अवस्था में बनारसी किस्म का 1.02 तथा चकैइया किस्म का 1.10 होता है। जबकि कुल घुलनशील ठोस पदार्थ की मात्रा परिपक्वता पर बनारसी किस्म में लगभग 12 प्रतिशत तथा चकैइया में 10 प्रतिशत होती है। कुल घुलनशील ठोस पदार्थ तथा अम्ल के अनुपात से भी तोड़ाई की अवस्था का सही ज्ञान किया जा सकता है। यह अनुपात आंवला में तोड़ाई की ठीक अवस्था पर लगभग 11 होता है। इसी प्रकार परिपक्वता पर स्टार्च की मात्रा लगभग

आठ वर्षीय आंवला की विभिन्न किस्मों की बढ़वार तथा उपज

किस्म	पेड़ की ऊंचाई (मी.)	तने का व्यास (से.मी.)	पेड़ का फैलाव (मी.^{2})	उपज कि.ग्रा./पेड़
चकैया	5.55	57.00	35.50	49.00
कंचन	5.98	63.50	50.75	102.6
कृष्णा	5.35	56.00	34.00	42.00
एन ए-6	5.40	58.20	36.00	95.00
एन ए-7	4.90	56.00	30.00	98.50
एन ए-10	5.88	68.70	49.00	64.00

(स्त्रोत : वार्षिक प्रतिवेदन, अखिल भारतीय शुष्क क्षेत्रफल समन्वित अनुसंधान परियोजना)

1.3 प्रतिशत होती है। फलों का आकार जब पूरा हो जाए और उनके रंग में हल्का पीलापन आने लगे तो तोड़ लेना चाहिए। फल तोड़ते समय इस बात का ध्यान रखें कि वह जमीन पर न गिरने पाए क्योंकि चोट आने पर फल सड़ जाते है और अधिक दिन नहीं रखे जा सकते। शुरू में आंवले के पौधों में फलत कम आती है परन्तु पूर्ण रूप से विकसित वृक्ष से एक वर्ष में 1–2 क्विंटल फल प्रति वृक्ष तथा 10–12 टन उपज प्रति हैक्टेयर प्राप्त हो जाती है।

ग्रेडिंग, पैकिंग एवम् विपणन :– विपणन से पहले फलों का श्रेणीकरण बहुत जरूरी है। ऐसा करने से हमेशा फलों का उचित मूल्य प्राप्त होता है। सबसे पहले कटे–फटे, रोग ग्रस्त एवं खराब फलों को अलग कर देना चाहिए। इसके फलों को आकार व भार के हिसाब से दो या तीन वर्गों में बांट लेना चाहिये। आंवलें के फलों की पैकिगं पर अभी तक कोई विशेष ध्यान नहीं दिया गया है। अधिकतर फलों को जूट की बोरियों में भर कर उनके मुँह को सुतली से बन्द करके बाजारों में भेजा जाता है। दूर के बाजारों के लिए यदि फलों को दफ्ती के बक्सों या पोलीथिन के छिद्रयुक्त थैलों में पैक करके, बक्सों या टोकरियों में डालकर भेजा जाए तो बहुत लाभप्रद होगा। सब्जी मण्डी, आजादपुर, दिल्ली आंवले की ब्रिकी हेतु मुख्य मण्डी है। इसके अतिरिक्त थोड़ी मात्रा में आंवला लोकल मण्ड़ियों में भी बेचा जा सकता है। आयुर्वेद की औषधियाँ बनाने वाली कम्पनियाँ जैसे डाबर, झंडू, हिमालय इत्यादि भी काफी मात्रा में आंवला खरीदती है। लोकल शहरों में भी अचार व मुरब्बा बनाने वाली फैक्टरियों में आंवले की मांग रहती है। किसान अपने घर पर भी आंवले का मुरब्बा, अचार बनाकर बेच सकता है जिससे उसकी आय में भी बढ़ोतरी होगी।

भण्डारण :– सामान्य तापमान पर आंवले के फलों को एक सप्ताह के लिए भण्डारित किया जा सकता है। जबकि जीरो अनर्जी चैम्बर में फलों को 15 दिनों तक रखा जा सकता है। कम तापमान (5–7^0 सेटीग्रेड) पर आंवले के फलों को दो महीने तक रख सकते हैं। फलों को नमक के घोल (15 प्रतिशत) में बिना किसी विकृति के दो महीने तक रख सकते हैं। ऐसे फल बाद में मुरब्बा व अचार इत्यादि खाद्य पदार्थ बनाने में प्रयोग कर सकते हैं।

आंवले की खेती में प्रति वर्ष खर्च, आमदनी व शुद्ध बचत (अनुमानित)

वर्ष	उपज/पेड़ (कि. ग्रा.)	उपज/एकड़ (कि. ग्रा.)	खर्च/एकड (रूपये)	आमदनी/एकड़ (रूपये)	बचत/एकड़ (रूपये)
1.	–	–	3100	–	–
2.	–	–	2000	–	–
3.	–	–	2000	–	–
4.	–	–	2500	–	–
5.	20	1540	5000	12320	7320
6.	35	2520	7000	20160	13160
7.	50	3600	10000	28800	18800
8.	65	4680	12000	37440	25440
9.	100	7200	15000	57600	42600

– खर्च में, बाग लगाने का खर्च, खाद, पानी व देखभाल की कीमत शामिल की गई है, जमीन की कीमत नहीं ली गई। आमदनी 8 रुपये प्रति कि. ग्रा. के हिसाब से लगाई गई है।

– यदि अन्तः फसलीकरण अपनाया जाऐ तो शुरू के वर्षो में भी कुछ आमदनी ली जा सकती है।

– शुष्क क्षेत्रों में जहां पर बाजरा–सरसों आम फसल चक्र से करीब 10000 रुपये प्रति वर्ष प्रति एकड़ की आमदनी प्राप्त होती है।

कीट एवं बीमारियाँ

1. दीमक :– रेतीली भूमि में दीमक एक बहुत बड़ी समस्या है। छोटे पौधे दीमक से अधिक प्रभावित होते हैं, इसलिए पौधे लगाते समय अच्छी तरह से गली सड़ी गोबर की खाद प्रयोग में ली जानी चाहिए। गड्ढा भरते समय पौधे लगाने से पहले 50 मि. ली. क्लोरपाईरिफोस 20 ई.सी. को 5 ली. पानी में मिलाकर प्रति गड्ढा डालें। दवाई का घोल डालने से पहले प्रत्येक गढ़े में 2–3 बाल्टी पानी लगा दें। नये पौधे लगाने के बाद, लगे हुए पौधों में 1 लीटर क्लोरपाईरिफोस 20 ई.सी. या 1 लीटर एण्डोसल्फान 35 ई.सी. प्रति

एकड सिचांई करते समय डालें। इस कीट को मारने की अपेक्षा यह अच्छा रहता है कि ऐसे उपाय किये जायें कि इस कीट का प्रकोप ही न हो।

2. सूट गाल मेकर :– इस कीट के कारण आंवले के पेड़ की डालियों का अग्रिम भाग एक गांठ के रूप में फूल जाता है जिसमें काले रंग का कीड़ा पाया जाता है। इसकी रोकथाम के लिए मोनोक्रोटोफोस 1.25 मि.ली. प्रति लीटर पानी या फास्फेमिडान 0.6 मि. ली. प्रति लीटर पानी में घोल कर जुलाई–अगस्त में छिड़काव करके काफी हद तक क्षति को रोका जा सकता है। वैसे परम्परागत विधि में गांठ को तोड़ कर जला दिया जाता है। गांठ के काटने पर पौधे की जो वृद्धि रूक गई हो वह पुनः शुरू हो जाती है।

3. तना बेधक कीट (स्टेम बोरर) :– यह कीट तना तथा शाखाओं में छेद बनाकर तने का रस चूसता रहता है व पौधे की वृद्धि को प्रभावित करता है। यह कीड़ा छिद्र के पास बुरादे जैसा चाकलेटी रंग का अवशेष छोड़ता है जिसे देखकर इसकी पहचान की जा सकती है। इस कीट की रोकथाम हेतु अवशेष तथा छिद्रों की सफाई करके छिद्रों में बारीक तार डाल कर कीड़ों को मार देना चाहिए तथा इसके बनाए छिद्रों में एक भाग मेटासिस्टाक्स या डाईमिथोएट और 10 भाग मिट्टी का तेल मिलाकर और उसमें रूई भिगोकर छिद्रों में डालते हुए चिकनी मिट्टी से छिद्रों को बन्द कर देना चाहिए।

4. पत्ती खाने वाला कीट (लीफ कैटर पिलर) :– यह पत्तियों पर रेंगने वाला बरसाती कीड़ा है। इसके उपचार हेतु डायमेक्रान 0.2 प्रतिशत दवा का छिड़काव करने से इस कीड़े से छुटकारा मिल जाता है।

5. एफिड़ या माहू :– आंवले की पत्तियों में फरवरी–मार्च में यह कीट आक्रमण करता है। इस कीट की पहचान यह है कि उसमें पत्तों पर चीटें लगने लगते है। इस का उपचार 0.2 प्रतिशत डायमेक्रान दवा का छिड़काव करने से किया जाता है।

रोग :–

1. रस्ट :– यह एक कवक जनित रोग है। ग्रसित आंवले के फलों पर गोल अण्डाकार लाल धब्बे बन जाते है। इसकी रोकथाम हेतु 0.2 प्रतिशत डाइथेन जेड–78 या मैंकोजेब का छिड़काव 15 दिन के अन्तराल पर करना चाहिए।

2. उतक क्षय व्याधि :– यह एक दैहिक व्याधि है जो बोरोन तत्व की कमी के कारण फलों पर होती है। इससे ग्रसित फलों में काले धब्बे बनने लगते है और अन्त में फल काला हो जाता है। कुछ किस्मों में यह विकार दूसरी किस्मों की अपेक्षा अधिक होता है जैसे फ्रांसीस। इसकी रोकथाम हेतु 0.4 से 0.6 प्रतिशत बोरैक्स का छिड़काव प्रथम अप्रैल माह में, दूसरा जुलाई में तथा तीसरा सितम्बर में करना चाहिए।

3. ब्लूमोल्ड :– फलों में तोड़ाई उपरान्त ब्लूमोल्ड नामक रोग लगता है जो पेनीसिलियम आलैंडीकम कवक द्वारा होता है। फलों पर पहले भूरे रंग के जल सिक्त चकते दिखाई पड़ते है। बाद में प्रभावित भाग पीले, बैंगनी तथा नीले खण्ड में विभाजित हो जाता है। फलों से पीले रंग का तरल पदार्थ निकलता है और दुर्गन्ध आती है। अन्त में फल हरापन लिए हुए नीला पड़ जाता है। इसकी रोकथाम के लिए फलों को सावधानीपूर्वक सम्भालना चाहिए। फलों को बोरेक्स या सोडियम क्लोराईड के घोल में उपचारित कर देने से यह रोग संग्रहण के दौरान नहीं फैलता।

परिरक्षण

आंवले का फल खट्टा होने के कारण ताजे फल के रूप में प्रयोग में नहीं लिया जाता है। आंवले में बहुत सारे पोषक व औषधीय गुण विद्यमान है, जिनका लाभ आंवले से बहुत सारे संसाधित पदार्थ बनाकर ले सकते है।

संसाधित पदार्थ बनाने के लिए अच्छी किस्म का होना बहुत जरूरी है और नरेन्द्र आंवला–6 तथा नरेन्द्र आंवला–9 इस हिसाब से अच्छी किस्में पाई गई है क्योंकि इन किस्मों में रेशे की मात्रा कम होने के साथ–साथ विटामिन सी की मात्रा अधिक होती है। ये दोनों किस्में मुरब्बा, कैंडी तथा जैम बनाने हेतु उत्तम है।

फलों से गूदा निकालना

विभिन्न संसाधित पदार्थ बनाने के लिए गूदे की जरूरत पड़ती है। गूदा निकालने के लिए फलों को पानी में करीब 10 मिनट उबाल कर गुठली को अलग कर लेते हैं। इसके बाद फाकों को बराबर मात्रा में पानी मिलाकर गूदा निकालने की मशीन (पलपींग मशीन) से गूदा निकाल लेते है। इस गूदे को जैम, शरबत, सॉस इत्यादि बनाने में प्रयोग कर सकते है।

आंवले का मुरब्बा

सामग्री

आंवले	10 किलोग्राम
चीनी	15 किलोग्राम
साइट्रिक अम्ल	30 ग्राम

बनाने की विधि :

1. बड़े आकार के आंवले लेकर इन्हे दो दिन तक सादे पानी में पड़े रहने दीजिए।
2. अब इन्हें स्टेनलेस स्टील के कॉटों से अच्छी तरह गोद लीजिए।
3. अब इन्हें 2 प्रतिशत नमक के घोल में रात भर के लिए छोड़े।
4. अगले दिन आंवलों को 4 प्रतिशत नमक के घोल में रात भर के लिए छोड़ दें।
5. आंवलों को अच्छी तरह से पानी से धों लें और 2 प्रतिशत फिटकरी का घोल बनाकर एक दिन के लिए इस घोल में छोड़ दें।
6. आंवलों को घोल से निकाल कर 4–5 बार पानी से धोएं। आंवले की गोदाई अच्छी होनी चाहिए अन्यथा उत्तम किस्म का मुरब्बा नहीं बनेगा।
7. अब आंवलों को मलमल के कपड़े में बांधकर उबलते पानी में 5–7 मिनट तक पकाएं लेकिन ध्यान रहें कि आंवले फटे नहीं तथा सख्त भी न रहें।
8. एक किलो चीनी व आधा लीटर पानी के हिसाब से चाशनी बनाए। चाशनी को एक उबाल आने तक उबाल लीजिए तथा साइट्रिक अम्ल मिलाकर चाशनी का मैल निकाल लीजिए और इसे कपड़े से छानकर आंवलों को गरम–गरम चाशनी में चौबीस घन्टे के लिए छोड़ दीजिए।
9. दूसरे दिन आंवलों को निकालकर चाशनी में और चीनी मिलाकर गाढ़ा करें और आंवलों को इस चाशनी में डालें।
10. तीसरे दिन फिर आंवलों को निकालकर चाशनी को इतना पकाइए कि एक तार बनने लग जाए या इसमें चीनी की मात्रा 70–72 प्रतिशत हो जाए। ऐसी अवस्था में आंवलों को फिर गरम चाशनी में डाल दीजिए।
11. जब मुरब्बा ठंडा हो जाए तो इसे सूखे डिब्बे में भर दीजिए। यह ध्यान रहे कि आंवले चाशनी में डूबे रहें।

आंवले की कैंडी

आंवले की कैंडी बनाने का तरीका भी मुरब्बे की तरह ही है। मुरब्बे को चाशनी में से निकाल कर छाया में तब तक सुखाएं, जब तक नमी की मात्रा 15 प्रतिशत रह जाए या कुल घुलनशील पदार्थ 75 प्रतिशत हो जाए। इसके बाद आंवलों को बूरा में लपेट दें और पोलीथीन की थैली में भर कर भण्डारण करे।

आंवले का अचार

सामग्री

फल	1 किलोग्राम	नमक	150 ग्राम
जीरा	10 ग्राम	बड़ी इलायची	10 ग्राम
दाल चीनी	10 ग्राम	लाल मिर्च	10 ग्राम
लौंग	2 ग्राम	हल्दी	25 ग्राम
मेथी के बीज	25 ग्राम	सरसों के बीज	50 ग्राम
सरसों का तेल	250 ग्राम		

बनाने की विधि :

1. पूर्ण विकसित, स्वस्थ्य तथा दाग रहित आंवले लेकर धो लीजिए।
2. इन्हें 5–7 मिनट तक उबलते पानी में डालकर उबाल लीजिए।
3. इन्हें फैला दीजिए ताकि उन पर लगा पानी सूख जाए।
4. सब मसालों को बारीक पीस लीजिए।
5. एक बर्तन में कुछ तेल लेकर गरम होने दीजिए। आंवलों तथा नमक को छोड़कर सब मसालों को तेल में अच्छी तरह भून लीजिए।
6. बर्तन को आग से उतार दीजिए। इसमें आंवलें तथा नमक मिलाकर अच्छी तरह मिला दीजिए।
7. जब ठण्डा हो जाए तो इसे मर्तबान बोयाम में भर दीजिए।
8. हर रोज अचार को अच्छी तरह मिला दें।
9. बोयाम को 5–6 दिन तक धूप में रखिए। इसमें बचा हुआ तेल डाल दीजिए। लगभग एक सप्ताह में अचार खाने योग्य हो जाएगा।

आंवले की चटनी

सामग्री

आंवले का गूदा	1 किलोग्राम	मेथी का चूर्ण	100 ग्राम
जीरा भूना हुआ चूर्ण	10 ग्राम	नमक	50 ग्राम
हल्दी पिसी	3 ग्राम	लाल मिर्च पिसी	2 ग्राम
अदरक पिसा हुआ	10 ग्राम	लहसुन	10 ग्राम
काली मिर्च	2 ग्राम	राई चूर्ण भुना हुआ	1 ग्राम
चीनी	1 किलोग्राम	सिरका	40 मि. ली.

बनाने की विधि :

1. ताजे तथा स्वस्थ आंवले लेकर उबाल लीजिए।
2. इनकी गुठली निकालकर फाँकें अलग कर लीजिए तथा इन्हें कुचलकर गूदा बना लीजिए।
3. इसमें चीनी मिलाकर पकाने रख दें। जब चीनी घुल जाए तो हल्दी, काली मिर्च तथा लाल मिर्च मिला दें, इसे चम्मच से चलाते रहे। जब पककर गाढ़ी होने लगे तो अदरक, लहसुन, मेथी तथा जीरा चूर्ण आदि अच्छी तरह मिलाकर फिर पकने दीजिए।
4. जब यह पकककर जैम की भांति गाढ़ी हो जाए तो नमक तथा सिरका मिलाकर भगोने को आग से उतार दें तथा चटनी को गरम–गरम ही चौड़े मुँह की बोतलों में भर दीजिए। ठंडा होने पर मोम पिघला कर डाल दीजिए तथा ढक्कन लगाकर ठंडे व शुष्क स्थान में रख दें।

आंवले का च्यवनप्राश

सामग्री

आंवला	1 किलोग्राम	दसमूल	4 ग्राम
चीनी	1.5 किलोग्राम	बाला	5 ग्राम
काली मिर्च	10 ग्राम	जीवन्ती	5 ग्राम
जावित्री	10 ग्राम	पुष्करमूल	5 ग्राम
जायफल	10 ग्राम	बगरकष्टा	5 ग्राम
लौंग	10 ग्राम	हरीताकि	5 ग्राम
छोटी इलायची	10 ग्राम	गुरूची	5 ग्राम
बड़ी इलायची	10 ग्राम	नीलकमल	5 ग्राम
सौंठ	10 ग्राम	अश्वगन्धा	10 ग्राम
छोटी पीपल	10 ग्राम	सतावरी	10 ग्राम

दाल चीनी	10	ग्राम	घी	20	ग्राम
मुक्तासुक्ति पिश्टी	1	ग्राम	तिल तेल	10	ग्राम
बंसलोचन	10	ग्राम	अभरक भस्म	1	ग्राम

विधि :

1. आंवले को उबाल कर गुठली निकालें।
2. मिक्सी में पेस्ट बना ले व छान लें ताकि रेशा न रहे।
3. सभी मसालें पीस कर छान लें।
4. आंवले के पेस्ट व चीनी को मिलाकर पकाएं।
5. गाढ़ा होने पर मसाले डाल कर थोड़ा और पकाएं।
6. ठण्डा होने पर जार में भर लें।

आंवले का शरबत

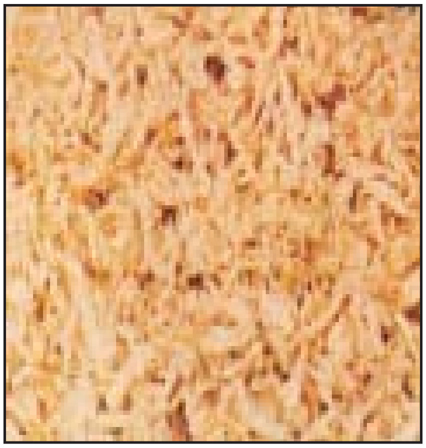
सामग्री

आंवला	1	किलोग्राम	अदरक	300	ग्राम
नींबू	500	ग्राम	चीनी	2	किलोग्राम
काली मिर्च	10	ग्राम	नमक (काला)	20	ग्राम

विधि :

1. ताजे आंवलों को धोकर कद्दुकस कर लें और रस निकाल लें।
2. अदरक तथा नींबू का रस निकाले।
3. चीनी की चाशनी बनाने के लिए 2 किलोग्राम चीनी को ½ लीटर पानी मिलाकर उबाल आने तक गर्म करे और मैली हटा दें।
4. चाशनी के ठण्डा होने पर आंवले, नींबू, अदरक रस तथा नमक व काली मिर्च मिला दें।
5. तैयार शरबत को बोतलों में भर लें।
6. यदि शरबत को कई दिनों तक प्रयोग में लाना हो तो इसमें 750 मि.ग्रा. सोडियम मैटाबाईसलफाइट एक लीटर शरबत के हिसाब से मिला दें।

आंवले के लच्छे



सामग्री

आंवले	1 किलोग्राम
नमक	20 ग्राम

विधि :

1. आंवलों को धोएं।
2. कद्दुकस कर लें तथा नमक मिला लें।
3. इनको 8–10 दिन तक छाया में सुखा लें।
4. जब पूरी तरह सूख जाए तो डिब्बों में भर कर रखें।

आंवले का चूर्ण

सामग्री

आंवला	1 किलो ग्राम	नमक	50 ग्राम
काला नमक	100 ग्राम	चीनी	125 ग्राम
साइट्रिक अम्ल	25 ग्राम	काली मिर्च	15 ग्राम
हींग	10 ग्राम	सोंठ	15 ग्राम
सौंफ	10 ग्राम	अजवायन	5 ग्राम

विधि :

आंवलों को उबाल कर फांके बना लें। फांकों को धूप या ट्रे ड्रायर में सुखा लें। सुखने पर फांकों को पीसकर चूर्ण बना लेते हैं। सभी मसालों को भी पीस लेते हैं तथा आपस में मिला लेते हैं। इस चूर्ण को जार या बोतलों में भर कर रख सकते हैं।

इसी प्रकार आंवले से त्रिफला चूर्ण बना सकते हैं। इसके लिए आंवला, हरड़ तथा बहेड़ा को 1 : 1 : 1 अनुपात में मिलाते हैं। तीनो फलों को सुखाकर पीस लेते हैं और आपस में मिला लेते हैं। त्रिफला बहुत ही गुणकारी औषधी है।

उद्धरण

आर. ए. कौशिक, एस. एस. शर्मा, आर. के. गोदारा एवं एस. एस. यादव। 2005. आंवला : उत्पादन एवं परिरक्षण, विस्तार शिक्षा निदेशालय, चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार (हरियाणा)।

आवरण पृष्ठ

फलित अवस्था में नरेन्द्र आंवला–7

लेखक

आर. ए. कौशिक, वैज्ञानिक (बागवानी), क्षेत्रीय अनुसंधान केन्द्र, बावल (रेवाड़ी), चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार (हरियाणा)।

एस. एस. शर्मा, वरिष्ठ संयोजक, कृषि विज्ञान केन्द्र, बावल (रेवाड़ी), चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार (हरियाणा)।

आर. के. गोदारा, विस्तार विशेषज्ञ (बागवानी), विस्तार शिक्षा निदेशालय, चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार (हरियाणा)।

एस. एस. यादव, वरिष्ठ संयोजक, कृषि विज्ञान केन्द्र, महेन्द्रगढ़, चौधरी चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार (हरियाणा)।

इस प्रकाशन में प्रस्तुत की गई सामग्री और दिए गए पदनाम किसी भी रूप में चौ. चरण सिंह हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय, हिसार के विचारों की अभिव्यक्ति नहीं है तथा किसी भी देश, क्षेत्र, शहर और इलाके या उसके अधिकारियों या सीमाओं और सीमान्त प्रदेशों की सीमांकन की कानूनी स्थिति से संबंधित नहीं है। जहां कहीं भी ट्रेड नामों का इस्तेमाल किया गया है, उसे किसी की पुष्टि या किसी के प्रति भेदभाव नहीं समझा जाना चाहिए।