

मधाची मूल्यवर्धित बर्फी

श्री. तुषार मेश्राम

कु. फाल्गुनी खडसे

विषय विशेषज्ञ (कृषि विस्तार विभाग)
कृषि विज्ञान केंद्र, दूधबर्डी, नागपूर

आचार्य पदवी विद्यार्थीनी (पशु संवर्धन व दुग्धशास्त्र विभाग)
कृषि महाविद्यालय, अकोला



दूधाला पूर्णान्न असे म्हटले जाते कारण दूधात मुबलक प्रमाणात कार्बोदके, जीवनसत्वे, प्रथिने, स्निग्ध पदार्थ आणि खनिजे असतात जे मानवाच्या वाढीसाठी उपयुक्त आहे. भारत दूध उत्पादनात जगात प्रथम स्थानावर आहे तर जागतिक दूध उत्पादनात भारताचा २२% वाटा आहे. भारताच्या एकूण दूध उत्पादनापैकी ४७% टक्के दूध पिण्याकरिता तर ५७% दूध डेअरीद्वारे दुग्धजन्य पदार्थ बनवण्यासाठी केल्या जातो. भारतात सध्या १७० पेक्ष्या जास्त दूधाचे पदार्थ बाजारात उपलब्ध आहे यामध्ये पनीर, चीज, श्रीखंड, बासुंदी, रसगुल्ला, गुलाबजामून, सोंदेश, रबडी आणि खोवाजन्य पदार्थांमध्ये पेठा, बर्फी आणि कलाकंद आदींचा समावेश आहे.

भारतीय दुग्धजन्य पदार्थात खोव्याला विशेष महत्त्व आहे कारण खोव्यापासून पेठा, बर्फी, कलाकंद आणि गुलाब जामुन यांसारखी मिठाई बनतात. पेठा आणि बर्फी हे कार्यक्रम, उद्घाटन समारंभ आणि प्रसाद म्हणून तर लोकांकडून खूप आवडीने खाल्ले जाते म्हणून यांना प्रचंड मागणी सुद्धा असते. महाराष्ट्रात वेगवेगळ्या प्रकारची बर्फी खूप प्रसिद्ध आहे उदा. संत्रा बर्फी, चॉकलेट बर्फी, आंबा बर्फी, नारळ बर्फी, केसर बर्फी आणि रवा बर्फी.



मध हे नैसर्गिक गोडवा देणारे, आयुर्वेदिक गुणांसोबत एक पौष्टिक अन्नसुद्धा आहे. आयुर्वेदामध्ये मधाला संपूर्ण आहाराचा दर्जा देण्यात आला आहे, ज्याचा आपण दैनंदिन आहारात सहजरित्या समावेश करू शकतो. कित्येकजण दूध आणि मध पाककृतींमध्ये वापर करतात तर काही जण एकत्र करून सेवनही करतात. मधाचा उपयोग आयुर्वेदीक औषधांमध्येही केला जातो तर 'पंचामृत' (दूध, दही, तुप, मध आणि साखर) मध्ये मधाला विशेष महत्त्व दिले आहे. मधाचे सेवन शरीर शुद्ध करणे, सौंदर्यकरण आणि स्थूलपणा कमी करण्यासाठी केल्या जातो.

मध सेवनाचे शरीरास फायदे:

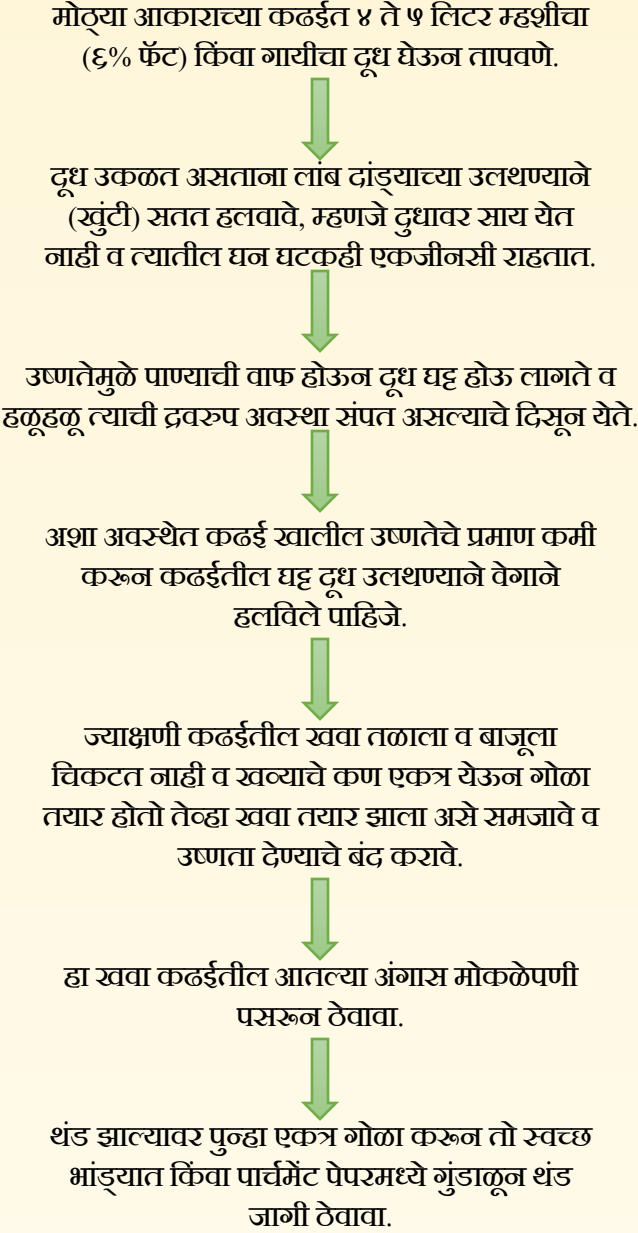
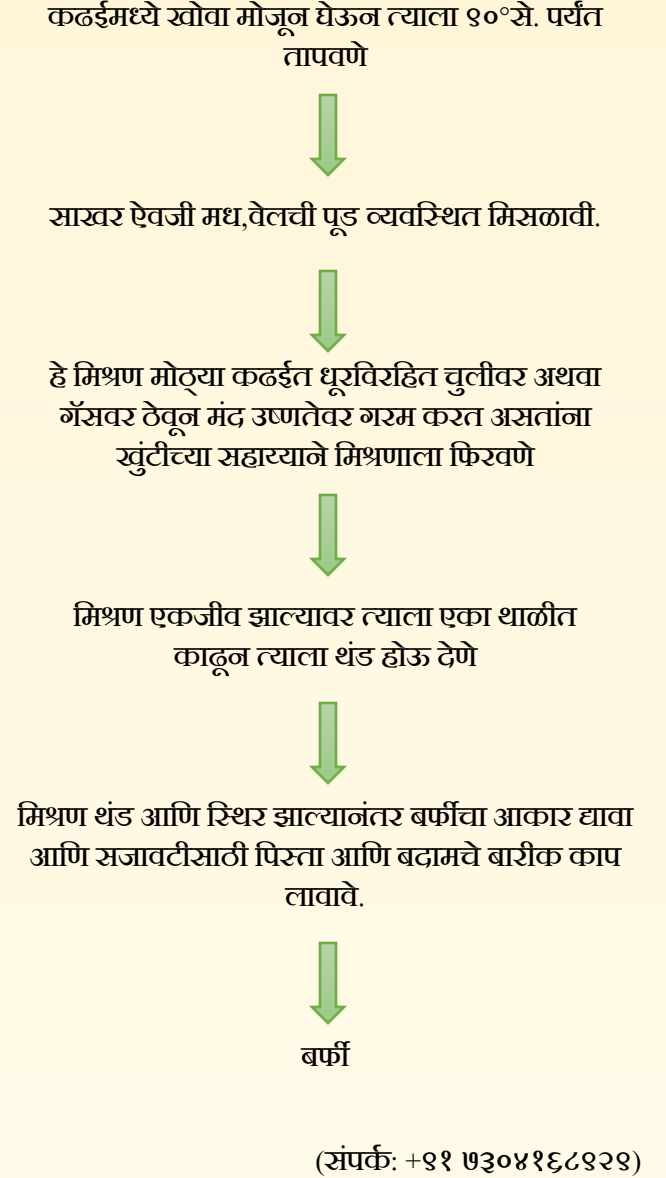
- पचन प्रक्रिया सुधारते
- निद्रानाश दूर होते
- सर्दीपासून आराम
- हृदय विकारापासून बचाव करते

- रोगप्रतिकार शक्ति वाढवण्यास मदत करते
- थकवा दूर करते
- रक्त शुद्धीकरण करते

मधात असलेले पोषक घटक:

| घटक | ग्रॅम/१०० ग्रॅम |
|-----------------|-------------------------|
| शर्करा | |
| १) कार्बोदके | ८२.४ |
| २) फ्रूक्टोस | २७.२ ते ४४.४ |
| ३) ग्लुकोज | २४.६ ते ३६.६ |
| प्रथिने | |
| | ०.७ |
| जीवनसत्व | |
| १) थायमिन | ०.००६ मिली ग्रॅम |
| २) रायबोफ्लोविन | ०.०६ मिली ग्रॅम |
| जीवनसत्व - क | २.२ ते २.४ मिली ग्रॅम |
| खनिजे | |
| १) कॅल्शियम | ४.४० ते ६.२ मिली ग्रॅम |
| २) लोह | ०.०६ ते १.७० मिली ग्रॅम |
| ३) मॅग्नॅशियम | १.२ ते ३.७ मिली ग्रॅम |
| ४) पोटॅशियम | १३.२ ते १६.८ मिली ग्रॅम |
| ५) स्फुरद | १.६ ते ६.३ मिली ग्रॅम |

दिवसेंदिवस स्निग्ध पदार्थ आणि बॅड कोलेस्ट्रॉल यांच्या सेवनामुळे स्थूलपणा, मधुमेह, हृदयविकार आणि रक्तदाब यासारख्या बिमारीचा भरमार झाला आहे. मधाचे आयुर्वेदिक गुणधर्म आणि दूधाचे पोषक तत्वे लक्षात घेता दुग्धजन्य पदार्थात मूल्यवर्धन करून पदार्थ बनवण्याची गरज आहे.

खोवा बनवण्याची प्रक्रिया:**बर्फा बनवण्याची प्रक्रिया:****सोलापूर डालिंब:**

सोलापूर हे डालिंबाच्या उच्च उत्पादनासाठी डालिंबाचे शहर म्हणून ओळखले जाते. सोलापूर जिल्ह्यातील पुरेशा दीर्घ कालावधीसाठी वातावरणातील उच्च तापमान आणि कमी आर्द्रता हे सोलापूर डालिंबाच्या इष्ट आंबटपणासह अद्वितीय गोड चव मिळविण्यासाठी जबाबदार आहे. सोलापूर डालिंबात टीएसएस -१६.१०० ब्रिक्स आणि आम्लता ०.४५% (cv. गणेश) आहे. टीएसएस -१५.९५ ब्रिक्स आणि आम्लता ०.५०% (भगवा). सोलापूर डालिंब हे वजनदार असून इतर डालिंबाच्या वाणांच्या तुलनेत त्यात बियांची संख्या जास्त आहे. डालिंब हे एक लोकप्रिय मिष्टान्न फळ आहे, स्थानिक भाषेत “अनार” किंवा “डालिंब” सारख्या इतर नावांसह. महाराष्ट्रातील सुमारे ८५ टक्के डालिंबाचे उत्पादन सोलापूरमध्ये होते. सोलापूरच्या सांगोला तालुक्यांमधील अग्रगण्य शेतकरी श्री प्रभाकर चांदणे यांनी १९७४ मध्ये नगदी पीक म्हणून याची ओळख करून दिली. १९७२ मध्ये सोलापूरमध्ये दुष्काळी परिस्थिती निर्माण झाल्यामुळे, डालिंबाची मागणी वाढली कारण ती एक कठोर वनस्पती आहे आणि कठीण परिस्थितीतही चांगले उत्पन्न देऊ शकते. सांगोला तालुक्यामध्ये कमी पाऊस पडत असल्याने, डालिंब लागवडीसाठी निवडण्यात आलेला पहिला तालुका होता आणि त्यापैकी सुमारे १४०० झाडांची लागवड १९७४ मध्ये करण्यात आली. सुमारे ३ दशकांपूर्वी, सोलापूरमधील डालिंबाची लागवड सुमारे १८५० हेक्टरवर पसरली होती, सुमारे ११००० टन डालिंबाचे उत्पादन होते, परंतु १९७५ नंतर उत्पादनात प्रचंड वाढ झाली आहे. डालिंबाच्या उत्पादनाखालील क्षेत्र लक्षणीय वाढले आहे आणि आता हे फळ संयुक्त अरब अमिराती आणि युनायटेड किंग्डम सारख्या देशांमध्ये देखील निर्यात केले जात आहे आणि स्थानिक उत्पादक आणि आंतरराष्ट्रीय खरेदीदार यांच्यात एक अत्याधुनिक व्यापार नेटवर्क विकसित झाले आहे.