

आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष - २०२३

शरद जाधव

आचार्य पदवी विद्यार्थी (कृषिविद्या विभाग)
महात्मा फुले कृषी विद्यापीठ, राहुरी



संयुक्त राष्ट्रांनी २०२३ हे वर्ष “आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष” म्हणून घोषित केले आहे. भारताने संयुक्त राष्ट्रांमध्ये दिलेल्या प्रस्तावाला ७२ देशांनी पाठींबा दिल्यानंतर, २०२३ हे वर्ष आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष म्हणून साजरे केले जाईल अशी घोषणा संयुक्त राष्ट्रांच्या महासभेने ७ मार्च २०२१ रोजी केली होती. आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्षामुळे जागतिक स्तरावर भरड धान्याचे उत्पादन वाढवणे, कार्यक्षम प्रक्रिया आणि वापर सुनिश्चित करण्याची भारताला संधी मिळणार आहे. ७ डिसेंबर २०२२ रोजी आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष २०२३ उत्सव उद्घाटन-पूर्व कार्यक्रम पार पडला. त्यामध्ये भारतीय भरड धान्य वया धान्याच्या विविध पाककृती, मूल्यवर्धित उत्पादने जागतिक स्तरावर स्वीकारली जावीत यासाठी भारत सरकारने आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष, २०२३ हे जन चळवळ म्हणून साजरे करण्याचे ठरवले आहे. त्यासाठी आय.सी.ए.आर-इंडियन इन्स्टिट्यूट ऑफ मिलेट्स रिसर्च (आय.आय.एम.आर), हैदराबाद, आय.सी.ए.आर-नॅशनल इन्स्टिट्यूट ऑफ न्यूट्रिशन, हैदराबाद, सेंट्रल फूड टेक्नॉलॉजिकल रिसर्च इन्स्टिट्यूट (सी.एफ.टी.आर.आय.), म्हैसूर आणि शेतकरी उत्पादक संस्था (एफ.पी.ओ) यांच्या सहयोगाने पंचवार्षिक धोरणात्मक योजना तयार करत आहे.

भरड धान्य उत्पादन व निर्यात:

भारतात राजस्थान, महाराष्ट्र, कर्नाटक, गुजरात आणि मध्य प्रदेश या राज्यांमध्ये भरड धान्याचे सर्वाधिक उत्पादन होते. मात्र देशातील एकूण भरड धान्य उत्पादनापैकी केवळ १% भरड धान्याची निर्यात होते. भरड धान्याच्या १६ प्रमुख प्रकारांचे उत्पादन आणि निर्यात होते. यामध्ये ज्वारी, बाजरी, नाचणी, कांगणी, चीना, कोडो, वरी, सांवा, साणवा, झांगोरा, कुटकी, कुट्टू आणि राजगिरा आदी भरड धान्यांचा समावेश आहे.

२०२१-२२ या वर्षामध्ये भारतातून ३४.३२ दशलक्ष अमेरिकी डॉलर्स इतक्या किमतीच्या भरड धान्याची निर्यात झाली. देशात सध्या ९ अब्ज डॉलर्स मुल्याचा भरड धान्य बाजार आता अधिक जोर पकडणार असून २०२७ पर्यंत तो १२ अब्ज डॉलर्सपर्यंत पोहोचेल अशी अपेक्षा आहे. इंडोनेशिया, बेल्जियम, जपान, जर्मनी, मेक्सिको, इटली, यू.एस.ए., युनायटेड किंगडम, ब्राझील आणि नेदरलँड हे जगातील प्रमुख भरड धान्ये आयात करणारे देश आहेत.

आंतरराष्ट्रीय वर्षानिमित्त भरड धान्ये निर्यात प्रोत्साहन कार्यक्रम:

पोषक धान्यांच्या निर्यातीला प्रोत्साहन देण्याच्या उद्देशाने, केंद्रीय वाणिज्य आणि उद्योग मंत्रालयाने अपेडा

अर्थात कृषी आणि प्रक्रियायुक्त अन्न उत्पादने निर्यात विकास प्राधिकरण या मंत्रालयाच्या प्रमुख कृषी निर्यात प्रोत्साहन संस्थेच्या माध्यमातून भारतीय भरड धान्यांच्या निर्यातीला जगभरात अधिक प्रोत्साहन देण्यासाठी उपयुक्त ठरेल असे व्यापक धोरण तयार केले आहे.

- भारतीय भरड धान्ये आणि त्यांची मूल्यवर्धित उत्पादने जगभरात लोकप्रिय करण्याच्या उद्देशाने केंद्र सरकार राष्ट्रीय तसेच आंतरराष्ट्रीय पातळीवर आंतरराष्ट्रीय भरड धान्य वर्ष साजरे करण्यासाठी विविध कार्यक्रमांचे आयोजन करीत आहे.
- भारतीय भरड धान्य आणि त्यापासून बनणाऱ्या पोषण-मूल्यवर्धित उत्पादनांच्या जाहिरातीसाठी केंद्र सरकारने प्रत्येक लक्षित देशासाठी ३० ई-माहिती पुस्तिका तयार केल्या आहेत.
- आंतरराष्ट्रीय पातळीवर भारतीय भरड धान्यांचे ब्रँडींग आणि जाहिराती परदेशातील भारतीय दुतावासामार्फत करण्यात येत आहे.
- १६ आंतरराष्ट्रीय व्यापार प्रदर्शने.
- खरेदीदार-विक्रेता भेटी.
- अपेडाने ‘आहार खाद्य मेळावा’, या आशियामधील सर्वात मोठ्या आंतरराष्ट्रीय खाद्य आणि आदरातिथ्य मेळाव्याचे आयोजन केले आहे.
- पोषणमूल्ययुक्त तृणधान्यांच्या (न्यूट्री सिरियल्स) पुरवठा साखळीतील अडथळे दूर करण्यासाठी न्यूट्री सिरियल्स निर्यात मंचाची स्थापना केली आहे.
- ‘रेडी टू इट’ अर्थात लगेच खाता येतील अश्या प्रकारच्या भरड धान्य उत्पादनांसह भरड धान्यांवर आधारित विविध उत्पादनांचे प्रदर्शन.
- अपेडाने विविध प्रात्यक्षिके व प्रदर्शनांचे आयोजन.

तृणधान्याचे राज्यातील क्षेत्र, उत्पादन आणि आहारातील फायदे:

१) ज्वारी:

क्षेत्र, उत्पादन: ज्वारी हे महाराष्ट्रातील एक प्रमुख तृणधान्य पिक आहे, ज्वारीखाली महाराष्ट्रात २०२१-२२ मध्ये १६ लाख ४९ हजार हेक्टर क्षेत्र होते, उत्पादन १७ लाख ११ हजार मेट्रिक टन आणि उत्पादकता १०३८ किलो प्रति हेक्टर आहे.



आहारातील फायदे:

- ज्वारी ग्लूटेन-मुक्त, फायबर, लोह, प्रथिने, जीवनसत्वे, खनिज व सूक्ष्म पोषक घटकांनी युक्त आहे.
- ज्वारी रक्तातील साखरेची पातळी नियंत्रित करते.
- ज्वारी रक्तभिसरण वाढवते.
- वजन कमी करण्यास मदत करते.
- ज्वारी हाडांच्या आरोग्यासाठी चांगली आहे.
- ज्वारी शरीरातील ऊर्जा पातळी वाढवते.
- ज्वारीमुळे हृदयाचे आरोग्य सुधारते.

२) बाजरी:

क्षेत्र, उत्पादन: महाराष्ट्रात २०२०-२१ मध्ये ६ लाख ८७ हजार हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी होती त्यातून ९ लाख ५ हजार मेट्रिक टन उत्पादन झाले. प्रति हेक्टर उत्पादकता १३१७ किलो होती. २०२१-२२ मध्ये ५ लाख ४ हजार हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी होती त्यातून ४ लाख ५७ हजार मेट्रिक टन उत्पादन झाले. प्रति हेक्टर उत्पादकता ९०५ किलो होती.



आहारातील फायदे:

- सल्फरयुक्त अॅमिनो अॅसिड असल्याने लहान मुळे व गर्भवती मातांसाठी बाजरी अतिशय उपयोगी आहे.
- तंतुमय पदार्थांचे प्रमाण जास्त
- प्रथिनांचे व लोहाचे प्रमाण जास्त
- वजन कमी करण्यास उपयोगी
- ग्लूटेन-मुक्त असल्याने पचनास सोपे
- हृदयास सक्षम करते
- मधुमेह व कॅन्सर रोधक

३) लघु तृणधान्य पिके:

क्षेत्र, उत्पादन: लघु तृणधान्य पिकांची (नाचणी, राजगिरा, वर्ड आणि यळा) महाराष्ट्रात २०२०-२१ मध्ये १० लाख हजार हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी होती. त्यातून ६५ हजार मेट्रिक टन उत्पादन झाले. प्रति हेक्टर उत्पादकता १३१७ किलो होती. २०२१-२२ मध्ये ६० हजार हेक्टर क्षेत्रावर पेरणी होती त्यातून २६ हजार मेट्रिक टन उत्पादन झाले. प्रति हेक्टर उत्पादकता ९०५ किलो होती.

आहारातील फायदे:

३.१) नाचणी:



- तंतुमय पदार्थांमुळे आतड्याच्या कर्करोगावर उपयोगी
- कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण नियंत्रित करते

- बद्धकोष्ठतासाठी फायदेशीर
- प्रथिनांमुळे कुपोषणावर उपयुक्त
- मधुमेह रुग्णाकरिता लाभदायक
- लोह, झिंक, सोडियम, फोस्फोरस व बिटाकॅरोटीन यांनी समृद्ध
- प्रथिने, विटामिन-ए, तंतुमय पदार्थांनी युक्त
- अॅमिनो अॅसिड मुबलक प्रमाणात
- कॅल्शियमची उपलब्धता अधिक प्रमाणात

३.२) राजगिरा:

- पचन संस्था सुदृढ बनवते
- त्वचा व केसांच्या आरोग्यास उपयुक्त
- रनायूच्या बळकटीकरणासाठी उपयुक्त
- प्रथिनांचा चांगला स्रोत
- कॅल्शियम, लोह, पोटॅशियम, झिंक मुलद्रव्याने भरपूर



३.३) यळा:

- रक्तातील साखर व मेद नियंत्रित करते
- रोगप्रतिकारक शक्ती वाढवते
- पाचन संस्थेच्या विकारावर परिणामकारक
- नॉन अॅलर्जिक व पचनास हलके
- विटॅमिन बी-१२ समृद्ध
- त्वचा व केसांच्या वाढीसाठी उपयुक्त



३.४) वर्ड:

- उच्च रक्तदाब व वाढलेली कोलेस्टेरॉल पातळी नियंत्रणात ठेवते.
- ग्लूकोज पातळी नियंत्रित करते.
- हृदय विकाराकरिता उपयुक्त
- रक्तातील मेदाचे प्रमाण नियंत्रित करते.
- स्तनांच्या कर्करोगावर गुणकारी
- ग्लूटेन-मुक्त असल्याने सेलिक आजारावर गुणकारी
- कॅल्शियम, फोस्फोरस, झिंक, लोह, मॅंगनीज या खनिजांनी समृद्ध
- ग्लूटेन-मुक्त
- जीवनसत्वांचा उत्तम स्रोत (फॉलीक अॅसिड व बी कॉम्प्लेक्स)



(संपर्क: +९१ ७३८७०७८१९९)