ಗಡ್ಡದ ಗೆಡ್ಡೆ!

ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದರೆ ತುಪ್ಪದಂತೆ ನುಣುಪಾಗಿರುವ ಈ ಮುಳ್ಳುಗೆಣಸು ನೆಲದೊಳಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲೂ ಗೆಡ್ಡೆಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯದಂತೆ ಬಳಸುವ ಇದರಲ್ಲಿ ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು ಹಲವಿವೆ.

■ ಎಚ್‌. ಎಸ್‌. ನಂದಕುಮಾರ್

ನರಸಿಂಹ ಭಟ್ಟರು ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಆಸಕ್ತಿ ಇರುವವರು. ಮನೆ ಸುತ್ತಲೂ ಅಪರೂಪದ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣು, ಗೆಡ್ಡೆ–ಗೆಣಸು, ಹೂವಿನ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಸಾವಯವ ಕೃಷಿ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿ ಪೋಷಿಸುತ್ತಿರುವವರು. ಹಾಗೆ ಬೆಳೆದ ಅಪರೂಪದ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಗೆಳೆಯರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅವರ ಅಭ್ಯಾಸ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅವರು ತಂದುಕೊಟ್ಟ ಗೆಡ್ಡೆಯೊಂದು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಕುತೂಹಲ ಮೂಡಿಸಿತು.

ಹವ್ಯಕ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು 'ತೋಣುಗೆಣಸು' ಎಂದು, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದ ಸ್ಥಳೀಯ ಭಾಷೆ ತುಳುವಿನಲ್ಲಿ 'ತುಪ್ಪೆ ಕೆಳಂಗು (ಕಿರೆಂಗ್)/ ಕಾಟ್ಟು ಕುಂಬಡ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತಾರೆಂಬುದು ತಿಳಿದುಬಂತು.

ತುಪ್ಪೆ ಎಂದರೆ ತುಳುವಿನಲ್ಲಿ ತುಪ್ಪ. ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದರೆ ನುಣುಪಾಗಿರುವ ಹಾಗೂ ಸವುಳಾದ ಗುಳದಂತಹ ದ್ರವ ಒಸರುವುದರಿಂದ ಬಹುಶಃ ಇದಕ್ಕೆ ಈ ಹೆಸರು ಬಂದಿರಬೇಕು. ಅಂತರ್ಜಾಲದಲ್ಲಿ ಜಾಲಾಡಿದಾಗ ಗೆಡ್ಡೆ ಸುತ್ತಲೂ ಗಡ್ಡ ಬೆಳೆದಂತೆ ಕಾಣುವ ಈ 'ರೋಮ ಕಂದದ' ಹೆಸರು ಕಾಡುಗುಂಬಳ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು. ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ ಇದರ ಹೆಸರು 'ಹೇರ್ ಯಾಮ್' ಅಥವಾ ಹೇರ್ ಪೊಟ್ಯಾಟೊ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 'ಮುಳ್ಳು ಗೆಣಸು' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

'ಡಯೋಸ್ಕೋರಿಯ' ಎಂಬ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಹೆಸರಿನ ಸಸ್ಯ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿರುವ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಯ ಸುಮಾರು 600 ತಳಿಗಳು ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿವೆ. ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿಯೂ ಇದರ ಐವತ್ತಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ತಳಿಗಳು ಅಸ್ಸಾಂ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಕೇರಳ, ಬಿಹಾರ, ಒಡಿಶಾ, ಪಶ್ಚಿಮ ಬಂಗಾಳ, ರಾಜಸ್ಥಾನ, ಗುಜರಾತ್ ಹಾಗೂ ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿ ಕಾಣಸಿಗುತ್ತವೆ.

ಆಫ್ರಿಕಾ ಖಂಡದ ದಕ್ಷಿಣ ಭಾಗದ ಕೆಲವು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಡಿ. ಎಲಿಫ್ಯಾಂಟಿಪಸ್ ತಳಿಯನ್ನು ಆಲಂಕಾರಿಕ ಸಸ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಜೋಡಣೆಗೊಂಡ ಕಲ್ಲಿನ ತುಣುಕುಗಳಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಭಟ್ಟರು ನನಗೆ ಕೊಟ್ಟ ಗೆಡ್ಡೆ ಡಿ. ಬಲ್ಬಿಫೇರಾ ಜಾತಿಗೆ ಸೇರಿದ್ದು. ವೀಳ್ಯದೆಲೆಯಂಥ ಎಲೆಯನ್ನು ಈ ಗೆಡ್ಡೆಯ ಬಳ್ಳಿ ಹೊಂದಿದೆ. ಮೇಲ್ನೋಟಕ್ಕೆ ಸುವರ್ಣಗೆಡ್ಡೆಯಂತೆ ಕಾಣುವ ಇದರ ದಪ್ಪ ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆಯುವಾಗ ಕೆಸುವಿನ ಗೆಡ್ಡೆಯಂತೆ ಗುಳ ಕೈಗೆ ಅಂಟುತ್ತದೆ.

ಗೆಡ್ಡೆಯ ಮೇಲ್ಪದರದ ಸಿಪ್ಪೆ ಕಡುಕಂದು ಬಣ್ಣದ್ದಾದರೆ, ಒಳಪದರ ತಿಳಿ ನೇರಳೆ ಬಣ್ಣದ್ದು. ಗೆಡ್ಡೆಯನ್ನು ಕಿತ್ತ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನಗಳವರೆಗೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ಒಳಭಾಗ ಬಿಳಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ತುಂಬಾ ಮೃದು ಹಾಗೂ ಬಹಳ ಬೇಗ ಬೇಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ದಿನ ಕಳೆದಂತೆಲ್ಲ ಸುವರ್ಣಗೆಡ್ಡೆಯಂತೆ ತಿಳಿ ಕಂದು ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಗೆಡ್ಡೆಯಲ್ಲಿ ನೀರಿನಂಶ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇಯಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಸಮಯ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಡಿ. ಬಲ್ಬಿಫೇರಾ, ಬಳ್ಳಿಯಾಗಿದ್ದು ನೆಲದೊಳಗೆ ಹಾಗೂ ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ಬಿಡುವ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಬಹಳ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಬಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿನ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಬಾಗಿ ನೆಲಕ್ಕೆ ತಾಗಿದ ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಚಿಗುರು ಮೂಡುತ್ತದೆ. ನೆಲದೊಳಗಿನ ಗೆಡ್ಡೆ ಕಿತ್ತರೂ ಇದರ ಬಳ್ಳಿಗಳು ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಈ ಡಯೋಸ್ಕೋರಿಯ ತಳಿಗಳು ಹೂವು ಬಿಟ್ಟು ಬೀಜೋತ್ಪಾದನೆ ಮಾಡುವುದು ಸೆಪ್ಟೆಂಬರ್–ನವೆಂಬರ್ ತಿಂಗಳುಗಳಲ್ಲಿ. ಬೀಜಗಳಲ್ಲಿ ರೆಕ್ಕೆಗಳ ರೀತಿ ರಚನೆ ಇದ್ದು, ಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ತೇಲಿ ಬೇರೆಡೆ ಬಿದ್ದು ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳು ಆಫ್ರಿಕಾದ ಆರು ಕೋಟಿ ಜನರ ಮುಖ್ಯ ಆಹಾರ!

ನಮ್ಮ ಕೊಡಗಿನಲ್ಲಿ ಹುತ್ತರಿ ಹಬ್ಬದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಇದರ ಖಾದ್ಯ ಮಾಡಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಇಲ್ಲಿ 'ಹುತ್ತರಿ ಗೆಡ್ಡೆ' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯ

ಕಾಡುಗುಂಬಳ ಅಥವಾ ಮುಳ್ಳು ಗೆಣಸನ್ನು ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ಬಳಸಬಹುದು. ಆಲೂಗೆಡ್ಡೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸುವ ಪಲ್ಯ, ಹುಳಿ, ಗೊಜ್ಜು ಹುಳಿ, ಮಜ್ಜಿಗೆ ಹುಳಿ, ಇಡಿ ಕಡಲೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡುವ ಗಸಿ ಮುಂತಾದ ಎಲ್ಲಾ ವ್ಯಂಜನಗಳನ್ನೂ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಯಿಂದ ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ರುಚಿಯಲ್ಲಿ ಅಂಥ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನೂ ಇಲ್ಲ.

ಔಷಧೀಯ ಗುಣಗಳು

ವಿವಿಧ ತಳಿಗಳ ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ದೇಶವೂ ಸೇರಿದಂತೆ ಚೀನಾ, ಬಾಂಗ್ಲಾ, ಶ್ರೀಲಂಕಾ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಔಷಧ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಪೈಲ್ಸ್, ಗಂಟಲಿನ ಕಿರಿಕಿರಿ, ಕುಷ್ಠ, ಕೆಮ್ಮು, ವಾಯು ಪ್ರಕೋಪ, ಆಸ್ತಮಾ, ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ಸಂಧಿವಾತ, ಭೇದಿ ಮುಂತಾದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಗೆ ಔಷಧಿಯಾಗಿ ಹಾಗೂ ಹೆರಿಗೆ ನೋವು ಶಮನಕ್ಕೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಗೆಡ್ಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಫಂಗಸ್, ವೈರಾಣು ಹಾಗೂ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಸಕ್ಕರೆ ಉತ್ಪಾದನೆ ಕಡಿಮೆಗೊಳಿಸುವ ಮೂಲಕ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಸಹಕಾರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ಇಟ್ಟು ಬಳಸಬಹುದಾದ ಹಾಗೂ ಗ್ಯಾಸ್ಟ್ರಿಕ್ ಸಮಸ್ಯೆಗೆ ಮದ್ದಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆನೋವಿನ, ಹುಳಿ ತೇಗಿನ ಭಯವಿಲ್ಲದೆ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದಾದ ಬಹೂಪಯೋಗಿ, ರುಚಿಕರ ಗೆಡ್ಡೆ – ಈ ಗಡ್ಡದ ಗೆಡ್ಡೆ! ■