

ಚಾಂಗೇರಿ



■ ಚಿತ್ರ- ಬರಹ:
ಶಶಿರೇಖಾ ನಾಗೇಂದ್ರ

ಚಿತ್ರಾಂಗೇರಿ ಎಲ್ಲಾ ಋತುಮಾನಗಳಲ್ಲೂ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಇನ್ನೊಂದು ಹೆಸರೇ ಹುಳಿಸೊಪ್ಪು. ಈ ಸೊಪ್ಪು ರುಚಿಯಲ್ಲಿ ಹುಳಿ ಹುಳಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ 'ಆಮ್ಲಪತ್ರಿಕಾ' ಎಂಬ ಹೆಸರಿದ್ದರೆ, ಲ್ಯಾಟಿನ್ ಹೆಸರು 'ಆಕ್ಸಲಿಸ್ ಕಾರ್ನಿ ಕ್ಯೂಲೇಟಾ'

ಆಕರ್ಷಕವಾದ ಪುಟ್ಟ ಹಳದಿ ಹೂ, ಸಣ್ಣ ಸಣ್ಣ ಹಸಿರು ಕಾಯಿಗಳನ್ನೂ ಇದು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ಎಲೆಯೂ ಮೂರು ದಳಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ್ದು, ದಳ ಹೃದಯಾಕಾರದಲ್ಲಿದೆ, ಇದೊಂದು ವೈಶಿಷ್ಟ್ಯಪೂರ್ಣ ಗಿಡ.

ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಚಾಂಗೇರಿ ಮಹತ್ವದ ಸ್ಥಾನ ಪಡೆದಿದೆ. ಅಜೀರ್ಣ, ಅಗ್ನಿ ಮಾಂದ್ಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರಕ್ಕೆ

ಇದರ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. 'ಚರಕ ಸಂಹಿತಾ'ದಲ್ಲಿ ಅತಿಸಾರದ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿ ಚಾಂಗೇರಿಯ ಉಪಯೋಗವನ್ನೂ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಈ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಚಟ್ಟಿ, ತಂಬುಳಿ, ಸಾಂಬಾರಿನಲ್ಲಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಜ್ವರ ಬಂದು ಊಟ ಸೇರದಿದ್ದಾಗ ಈ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಊಟ ರುಚಿಯಾಗುವುದಂತೆ. ಈ ಸೊಪ್ಪಿನಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ 'ಸಿ' ಹೇರಳವಾಗಿದೆ. 'ಹಸಿವಿಲ್ಲ' ಎಂದು ಹಠ ಹಿಡಿಯುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಈ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಆಗಾಗ್ಗೆ ತಿನ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರ ಹಸಿವು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ. ಮೈಯಲ್ಲಿ ದದ್ದು, ಗಂಧೆಯಾದಾಗ ಈ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ಮೈ ಕೈಗೆಲ್ಲಾ ತಿಕ್ಕಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದದ್ದು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸೊಪ್ಪು ಎಲ್ಲೆಂದರಲ್ಲಿ ಹರಡಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ●