

# ಸ್ವಾದಿಷ್ಠ ಅಡಿಕೆಯಣಬೆ!

ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ಹಾಸಿಗೆ ಮೇಲೆ ಮಲ್ಲಿಗೆಯಂತೆ ಅರಳುವ ಈ ಅಡಿಕೆ ಅಣಬೆಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಖಾದ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಸ್ವಾದ, ಘಮ ಅದ್ಭುತ...

## ■ ನರೇಂದ್ರ ರೈ ದೇರ್ಲ

ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಭೂಮಿಯಿಂದ ಪುಟದಿದ್ದು ಬರುವ ಬಹುಬಗೆಯ ಅಣಬೆಗಳ ರುಚಿ ಯಾರು ಸವಿದಿಲ್ಲ ಹೇಳಿ? ದುರದೃಷ್ಟಕ್ಕೆ ಈ ವರ್ಷ ಮಳೆ ಕೊರತೆಯಿಂದಲೋ ಏನೋ, ಕರಾವಳಿ-ಮಲೆನಾಡಿನ ಮಂದಿಗೆ ಅಣಬೆ ಲಭ್ಯತೆ ತುಂಬಾ ಕಡಿಮೆ.

ನಾನಂತೂ ಈ ವರ್ಷ ಭೂಮಿಸಹಜ ಅಣಬೆಯನ್ನು ತಿಂದೇ ಇಲ್ಲ. ತೋಟ, ಕಾಡುಗುಡ್ಡೆಯ ಹಾದಿಬದಿ ಸುಳಿದಾಡುವಾಗಲೆಲ್ಲ ಮರದಡಿಯ ತರಗಲೆಯ ಹಾಸಿಗೆಗೆ ಕಣ್ಣೆತ್ತುಕೊಂಡೇ ನಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೆ. ಇದೇ ಹೊತ್ತಿಗೆ ನನ್ನಕ್ಕನ ಮಗ, 'ಅಣಬೆ ಇದೆ, ಬೇಕೇ?' ಎಂದಾಗ ಆಸೆಗೆದರಿ ಆ ಕಡೆ ಧಾವಿಸಿದೆ. ಅದು ಅಡಿಕೆಯಣಬೆ! ಅನೇಕ ಮಂದಿಗೆ ಅಡಿಕೆಯಣಬೆ ಹೊಸತು.

ಸುಲಿದ ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಅವನು ತೆಂಗಿನ ಮರದಡಿಯಲ್ಲಿ ಉದ್ದಕ್ಕೆ ರಾಶಿ ಸುರಿದಿದ್ದ. ಹೆಚ್ಚಿನ ರೈತರು ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆಯೇ ಮಾಡುವುದು. ಹುಲ್ಲು-ಕಳೆಗಿಡ ಬಾರದಂತೆ ಅಂಗಳದ ತುಂಬಾ ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಹರಡುವುದು.

ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆಯ ದಪ್ಪನೆಯ ಆ ಹಾಸಿಗೆ ಮಳೆಗೆ ಒದ್ದೆಯಾಗಿ ಕೊಳೆದಿತ್ತು. ಅದೇ ಮೃದು ಹಾಸಿನ ಮೇಲೆ ಸಂಜೆ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಮಲ್ಲಿಗೆಯಂತೆ ಅಣಬೆ ಎದ್ದಿದ್ದು ಬಂದಿತ್ತು. ಸಂಜೆ ನಾಲ್ಕರ ನಂತರ, ಐದರ ಮುಂಚೆ ಈ ಅಣಬೆಯನ್ನು ನವಿರಾಗಿ ಕಿತ್ತು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ ಆ ಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಖಾದ್ಯ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಸ್ವಾದ, ಘಮ ಅದ್ಭುತ.

ಮಲೆನಾಡಿಗರಿಗೆ ಇಂಥ ಅಡಿಕೆ ಅಣಬೆ ಹೊಸದೇ? ಇಂತಹ ಅಣಬೆಗಳನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು ಆರೋಗ್ಯಕರವೇ? ಇಂಥ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಮೂಡುವುದು ಸಹಜ.

ಭೂಮಿ ಮೇಲೆ ಮಣ್ಣು, ಮರ, ಪೊಟರೆ, ಕಲ್ಲುಗಳ ಮೇಲೆ, ತಿನ್ನಬಹುದಾದ-ತಿನ್ನದಿರುವ ರಾಶಿರಾಶಿ ಅಣಬೆಗಳಿವೆ. ಯಾವುದನ್ನು ತಿನ್ನಬೇಕು, ತಿನ್ನಬಾರದು - ಇವುಗಳನ್ನು ವಿಂಗಡಿಸಿದವರು ಸಸ್ಯಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ಓದಿದವರೇನೂ ಅಲ್ಲ; ಈ ನೆಲದವರೇ, ರೈತಾಪಿಗಳೇ.



ಫೋಟೋ: ಶ್ರೀ ಪಡೆ, ನರೇಂದ್ರ ರೈ ದೇರ್ಲ



ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ವಿಷವಿದೆ, ಯಾವುದರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ... ಹೀಗೆ ವಿಂಗಡಿಸಿದ ಆಹಾರ ಚರಿತ್ರೆ ಇತ್ತೀಚಿನದಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಆ ಜ್ಞಾನ ತಜ್ಞತೆ ಕಡಿಮೆಯೂ ಅಲ್ಲ.

### ಅಡಿಕೆ ಅಣಬೆ ಬಳಕೆ ಹೇಗೆ?

ಮಲೆನಾಡಿನಲ್ಲಿ, ಬಹುಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ 'ಅಡಿಕೆ ಅಣಬೆ' ಅನ್ನುವುದು ಬಹು ಹಿಂದೆ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದ ಒಂದು ಬಗೆಯ ಅಣಬೆ. ಅಡಿಕೆ ಬೆಳೆಯುವ ಕರಾವಳಿ-ಮಲೆನಾಡಿಗರಿಗೆ ಈ ಅಣಬೆಯ ರುಚಿ 30-40 ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದಿನಿಂದಲೇ ಇದೆ. ಆಗಲೇ ಈ ಅಣಬೆಗಳನ್ನು ಖಾದ್ಯ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸುಳಿವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯವರು ಕೊಡುವುದುಂಟು.

ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆ ಮತ್ತು ಒಣಹುಲ್ಲನ್ನು ಸಮಮಿಶ್ರಣ ಮಾಡಿ ಅಣಬೆಯನ್ನು ಸುಧಾರಿತ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸುವ ಕ್ರಮ ಪ್ರಯೋಗವೂ

ಚಾಲ್ತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ಬೀಜ ಉದುರಿಸದೆ, ವಾತಾವರಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸದೆ ಮನುಷ್ಯನ ನೇರ ಪ್ರವೇಶವಿಲ್ಲದೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಅಡಿಕೆ ಅಣಬೆಯನ್ನು ಉದ್ಯಮವಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ದಿನವಹೀ ಸಹಜ ಬಳಕೆಗೆ ಬಳಸಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಮಲೆನಾಡು-ಕರಾವಳಿ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಅಡಿಕೆ ಬೆಳೆಯುವವರೇ. ಮಳೆಗಾಲದಲ್ಲಿ ಅನುಪಯುಕ್ತ ಹಾಳು ಸಿಪ್ಪೆಯನ್ನು ಅಂಗಳದ ತುಂಬಾ ಉದ್ದಕ್ಕೆ ಗುಡ್ಡೆ ಹಾಕಿ ಮಳೆ ನೀರಿಗೆ ಅದು ಕೊಳೆಯುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಅಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಅಣಬೆಗಳನ್ನು ಖಾದ್ಯಕ್ಕೆ ಬಳಸಬಹುದು. ಬೇರೆ ಅಣಬೆಗಳಂತೆ ಇವುಗಳನ್ನೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವ್ಯಂಜನಗಳನ್ನಾಗಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು.

ಅಡಿಕೆಯ ಒಂದು ಹೊಸ ಉತ್ಪನ್ನವಾಗಿ, ಮೌಲ್ಯವರ್ಧನೆಯ ದಾರಿಯಾಗಿಯೂ ಬಳಸಿ ಪ್ರಯೋಜನ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಇಂಥ ರಾಶಿ ನೆನೆ ಹಾಕಿದ ಅಡಿಕೆ ಸಿಪ್ಪೆ ಮೇಲೆ ಟಾರ್ಪನ್ ಹಾಕಿ ಅಥವಾ ಒತ್ತಡ ನಿರ್ಬಂಧದ ಚಿಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟು ಸಮೃದ್ಧ ಅಣಬೆ ಬೆಳೆಯುವ ಹಾಗೆ, ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬೆಳೆಯುವ ಹಾಗೆ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ಮೂಲಕ ರೈತರು ಸುಲಭದಲ್ಲಿ ಲಾಭ ಪಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಅಣಬೆಯನ್ನು ಕೊಯ್ದು ಕಚ್ಚಾ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಸಮಯ ಇಟ್ಟರೆ ಕಪ್ಪಾಗಿ ಹಾಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುವುದರಿಂದ ತಕ್ಷಣ ಬೇಯಿಸಿಟ್ಟು ಮತ್ತೆ ಬಹುಬಗೆಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಬಹುದು.