

ರುಚಿಕರ ಹಣ್ಣು ಅಪ್ರಿಕೋಟ್

ಚಿತ್ರ ಬರಹ:
ಪ.ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಶಾಸ್ತ್ರಿ



ಸೇವನಂತೆಯೇ ರುಚಿಕರವಾದ ಹಣ್ಣು ಅಪ್ರಿಕೋಟ್. ಚಿತ್ತಾಕರ್ಷಕವಾದ ಬಣ್ಣದಿಂದ ಶೋಭಿಸುವ ಅದು ಪ್ರಸ್ತುತ ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವುದು ಹಿಮಾಚಲ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಉಳಿದೆಡೆ ಇದನ್ನು ಕೃಷಿ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆಯೇ ಎಂಬ ಬಗೆಗೆ ಪ್ರಯೋಗಗಳಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅದು ತುಂಬ ತಂಪು ಹವೆಯನ್ನು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತದೆ. ಹೂ ಬಿಡುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಲಿನ ಶಾಖೆ 30 ಡಿಗ್ರಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿದ್ದರೆ ಹೂ ಅರಳುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಸ್ವಾದಿಷ್ಟವಾದ ಈ ಹಣ್ಣು ಇತರಡೆಗಳಿಗೆ ವಿಸ್ತರಿಸಿಲ್ಲ ಅನಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಮೆರಿಕ, ಚೀನಾ, ಜಪಾನ್ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಅಪ್ರಿಕೋಟ್ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ವೈಜ್ಞಾನಿಕವಾಗಿ ಪ್ರೂನಸ್ ಅರ್ಮೇನಿಕಾ ಎಂದು ಹೆಸರಿರುವ ಇದರ ಮರ 40 ಅಡಿ ಎತ್ತರವಾಗುತ್ತದೆ. ಅರಳಿಮರದ ಎಲೆಯನ್ನು ಹೋಲುವ 8 ಸೆ.ಮೀ. ಅಗಲದ ಎಲೆಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಬಿಳಿ ಬಣ್ಣದ ಹೂ ಅರಳುವಾಗ ಗುಲಾಬಿ ಮಿಶ್ರಿತ ಹಳದಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹಣ್ಣಿನೊಳಗೆ ಒಂದು ಬೀಜವಿರುತ್ತದೆ. ಬೀಜದಿಂದ ವಂಶಾಭಿವೃದ್ಧಿ ಮಾಡುವುದಾದರೂ ಮರ ಫಲ ಬಿಟ್ಟು ಮೂರು ವರ್ಷ ಕಳೆದ

ಬಳಿಕವೇ ಅದರ ಬೀಜ ಗಿಡ ತಯಾರಿಕೆಗೆ ಅರ್ಹವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕಿತ್ತಳೆ ಮತ್ತು ಹಳದಿ ವರ್ಣ ಸೇರಿರುವ ಹಣ್ಣು ಸೇವನಂತೆ ರುಚಿಕರವಾಗಿದ್ದು, ಜ್ಯೂಸ್, ಜಾಮ್, ಕೇಕ್ ಮುಂತಾದ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಇದರ ಮಿಶ್ರಣದಿಂದ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಐಸ್‌ಕ್ರೀಂ ಕೂಡ ತಯಾರಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಶೇ.9ರಷ್ಟು ಶರ್ಕರವಿದೆ, ಎ, ಬಿ, ಸಿ ಮತ್ತು ಇ ಜೀವಸತ್ವಗಳು, ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್, ಸುಣ್ಣ, ಕಬ್ಬಿಣ, ಸತು, ಫಾಸ್ಫರಸ್, ಸೋಡಿಯಂ, ನಿಯಾಸಿನ್ ಮುಂತಾದ ಹಲವಾರು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಹಾಗೂ ಜೀರ್ಣಕೆ ನೆರವಾಗುವ ನಾರಿನಂಶವಿದೆ. ದೇಹಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಕೊಬ್ಬಿನಂಶವೂ ಉಂಟು. ಒಣಗಿಸಿಟ್ಟ ಹಣ್ಣಿನಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಸತ್ವಗಳ ಪಾಲು ಅಧಿಕ.

ಇದರಲ್ಲಿ ಹತ್ತಕ್ಕಿಂತ ಅಧಿಕ ತಳಿಗಳಿವೆ. ನೆಟ್ಟು ಆರೇಳು ವರ್ಷಗಳ ಮೇಲೆ ಫಲ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ನವೆಂಬರ್‌ನಿಂದ ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳ ತನಕ ಹಣ್ಣಿನ ಸುಗ್ಗಿ. ಎಲೆ, ಬೀಜ, ಹಣ್ಣುಗಳು ಔಷಧೋಪಯೋಗಿಯೂ ಹೌದು. ಇದಕ್ಕೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ನಿರೋಧಕ ಗುಣವಿರುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಲಾಗಿದೆ.