

मानव स्वास्थ्य के लिए लाभकारी करौंदा



शाश्वत टाइम्स
कानपुर। चंद्रशेखर आजाद
कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय
कानपुर के अंतर्गत संचालित कृषि

विज्ञान केंद्र दिलीप नगर की गृह
वैज्ञानिक डॉ निमिषा अवस्थी ने
बताया कि करौंदा मानव स्वास्थ्य
के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने

कहा की करौंदा एक झाड़ीनुमा
पोधा होता है। करौंदे का प्रयोग
अचार और सब्जी बनाने में किया
जाता है। इसका पोधा बीज से
अगस्त या सितम्बर में 1.5 मीटर
की दूरी पर लगाया जाता है इसका
स्वाद खट्टा होता है स्वभाव से ये
गर्म तासीर का होता है पके हुए
करौंदे खाने में बहुत अच्छे लगते
हैं करौंदा भूख को बढ़ाता है।
और पित्त को शांत करता है यह
हृदय के लिए लाभकारी होता है
करौंदे खाने से रोगप्रतिरोधक
क्षमता बढ़ती है कैल्सीयम होने
के कारण यह दांतों के लिए
लाभकारी होता है यह मुख को
स्वस्थ रखता है इसको खाने से
बजन कम होता है तथा हड्डियों

को मजबूती एवं चमकती त्वचा,
मुँहासे की रोकथाम, बालों का
बडना आदि करौंदा पोषक तत्वों
से भरपूर होता है इसमें प्रोटीन 1.1
से 2.2, विटामिन सी 1.6 से 17.9
मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा
तत्व 39.1 मिलीग्राम प्रति 100
ग्राम, कैल्सीयम 21 मिलीग्राम प्रति
100ग्राम, फ़ास्फोरस 38 मिलीग्राम
प्रति 100ग्राम पाया जाता
है इसलिए ये स्वस्थ प्रतिरक्षा का
निर्माण करता है ओर शरीर को
रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान
करता है साथ ही इसमें मौजूद लोहा
हिमोग्लोबिन की कमी नहीं होने
देता है एस प्रकार से करौंदा हमारे
शरीर के लिए अति लाभदायक
होता है।

तट्टीलता ने की वैरुत

जिलाधिकारी ने नागरिक

रहस्य संदेश

क-237

रविवार, 25 अगस्त 2024

लखनऊ व एटा से प्रकाशित

R.N.I. No.: UPHIN/2007/20715

पृष्ठ-

मानव स्वास्थ्य के लिए लाभकारी करौंदा

रहस्य संदेश ब्यूरो

कानपुर । चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अंतर्गत संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर की गृह वैज्ञानिक डॉ निमिषा अवस्थी ने बताया कि करौंदा मानव स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने कहा की करौंदा एक झाड़ीनुमा पोधा होता है। करौंदे का प्रयोग अचार और सब्जी बनाने में किया जाता है। इसका पोधा बीज से अगस्त या सितम्बर में 1.5 मीटर की दूरी पर लगाया जाता है इसका स्वाद खट्टा होता है स्वभाव से ये गर्म तासीर का होता है पके हुए करौंदे खाने में बहुत अच्छे लगते हैं



करौंदा भूख को बढ़ाता है। और पित्त को शांत करता है यह हृदय के लिए लाभकारी होता है करौंदे खाने से रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है कैल्सीयम होने के

कारण यह दांतों के लिए लाभकारी होता है यह मुख को स्वस्थ रखता है इसको खाने से बजन कम होता है तथा हड्डियों को मजबूती एवं चमकती त्वचा,

मुँहासे की रोकथाम, बालों का बडना आदि करौंदा पोषक तत्वों से भरपूर होता है इसमें प्रोटीन 1.1 से 2.2, विटामिन सी 1.6 से 17.9 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा तत्व 39.1 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, कैल्सीयम 21मिलीग्राम प्रति 100ग्राम, फास्फोरस 38 मिलीग्राम प्रति 100ग्राम पाया जाता है इसलिए ये स्वस्थ प्रतिरक्षा का निर्माण करता है ओर शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है साथ ही इसमें मौजूद लोहा हिमोग्लोबिन की कमी नहीं होने देता है एस प्रकार से करौंदा हमारे शरीर के लिए अति लाभदायक होता है

टमाटर अक्टूबर के अंत में लगाएं, स्वाद मिलेगा

कार्यालय संवाददाता, कानपुर

अमृत विचार। टमाटर की बढ़िया फसल और गुणवत्ता को लेकर एक नई शोध सामने आई है। चंद्रशेखर आजाद (सीएसए) कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय के सब्जी विज्ञान विभाग के वैज्ञानिकों ने दावा किया है कि टमाटर की बुआई का समय 15 दिन बढ़ाकर बेहतर परिणाम हासिल किए जा सकते हैं। उनके इस शोध पर भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद ने भी मुहर लगा दी है।

सीएसए कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय के सब्जी विज्ञान विभाग में संचालित एक्रिप सब्जी फसल योजना के तहत टमाटर उत्पादन की नई तकनीक को खोजा गया है। शस्य वैज्ञानिकों ने शोध में टमाटर की रोपाई का प्रबंधन करते हुए जलवायु के असर को शामिल



करके आश्चर्यजनक परिणाम हासिल करने का दावा किया है।

शोध करने वाले वैज्ञानिकों ने बताया कि जलवायु परिवर्तन के कारण सब्जी की फसलों की बुवाई के समय में बदलाव आ रहा है। इस तथ्य को देखते हुए टमाटर की तीन संकर प्रजातियों की सितंबर से नवंबर तक 15-15 दिन के अंतराल में पांच विभिन्न तिथियों पर रोपाई की गई।

शोध के परिणाम में यह सामने आया कि रोपाई का समय 15 दिन आगे बढ़ाने से उत्पादन काफी बेहतर

25 अक्टूबर के आसपास रोपाई करने पर लागत से 6 गुना लाभ

सीएसए के शस्य वैज्ञानिक डॉ राजीव ने बताया कि टमाटर की रोपाई करने का समय 15 दिन बढ़ाने से उत्पादन के साथ गुणवत्ता भी बेहतर हो गई। शोध से पहले सर्वे में पाया गया था कि ज्यादातर किसान टमाटर की रोपाई अक्टूबर माह के प्रथम सप्ताह से मध्य तक करते हैं। लगातार 4 साल तक रोपाई प्रबंधन पर किए गए शोध में पाया गया कि टमाटर के पौधों की रोपाई 25 अक्टूबर के आसपास करने पर सबसे अच्छे परिणाम मिले। इस दौरान रोपाई करने से सर्वाधिक प्रति पौधा फलों की संख्या (31.91), प्रति पौधा फलों का वजन (1.89 किलोग्राम) तथा उत्पादन 642.60 कुंतल प्रति हेक्टेयर प्राप्त हुआ। इस नई तकनीक का आर्थिक विश्लेषण करने पर पाया गया कि शुद्ध लाभ धनराशि 5.30 लाख रुपये प्रति हेक्टेयर रही। 1 रुपया लगाने पर 5.73 रुपये की प्राप्ति हुई।



हो गया। गुणवत्ता और उत्पादन में पांच गुना तक बेहतर परिणाम मिले। भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद ने अखिल भारतीय समन्वित अनुसंधान परियोजना (सब्जी

फसल) की आचार्य नरेंद्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिक विश्वविद्यालय अयोध्या में हुई वार्षिक बैठक में इस शोध तकनीक को अपनी संस्तुति प्रदान की है।

राष्ट्रीय सहारा 25/08/2024

मानव स्वास्थ्य के लिये लाभकारी है करौंदा : डॉ. निमिषा



■ सहारा न्यून बपुरी

कानपुर।

पंजाब आर्य कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अंतर्गत स्थित कृषि विज्ञान केंद्र दिल्ली नगर की गुरु

बनने में किया जाता है। इसका औषधीय गुण से अण्डा या गिराव में 1.5 मीटर की दूरी पर लपका जाता है। उन्होंने बताया कि इसका स्वाद खटा होता है स्वभाव से वे गर्म ताप का होता है फेफे हुए करौंदा खाने से बहुत अच्छे लगे हैं करौंदा भूख को बढ़ाता है

वैज्ञानिक डॉ. निमिषा। अबमती ने बताया कि करौंदा मानव स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने बता की करौंदा एक इष्टतम फल होता है। करौंदा का प्रयोग अचार और सब्जी

और पिल को बना सकते हैं। उन्होंने बताया कि यह फल के लिए लाभकारी होता है करौंदा खाने से रक्तचाप को कम करता है। रक्तचाप होने के कारण यह रक्त के लिए लाभकारी होता है यह मुठ को स्वस्थ करता है इससे खाने से बचन कम होता है साथ ही हड्डियों को मजबूती एवं फसल की लब्ध, दूधने की रोकथाम, कर्णों का क्लेश आदि रोगों को दूर करता है। इसमें प्रोटीन 1.1 से 2.2, विटामिन सी 1.6 से 17.9 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा तत्व 39.1 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, कैल्शियम 21 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, फॉस्फोरस 30 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम पाया जाता है। इसलिए वे स्वस्थ जीवन का निर्माण करता है और शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है। उन्होंने बताया कि इसमें मौजूद लोहा हिमोग्लोबिन को बढ़ावा देता है। इस प्रकार से करौंदा हमारे शरीर के लिए अति लाभकारी होता है।

अमर भारती



एक उम्मीद

कवि
सुन्दरी

ईश्वर
उसकी कि
जबसे
तबसे हम :

प्रदेश, 06 संस्करण

पृष्ठ: 12, मूल्य: 03 रु.

RNI No. UPHIN/2011/46455

www.amarbharti.com

रविवार, 25 अगस्त 2024 शक सम्वत् 1946, भाद्रपद

मानव स्वास्थ्य के लिए करोंदा है लाभकारी

कानपुर (अमर भारती ब्यूरो)। सीएसए के अंतर्गत संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर की गृह वैज्ञानिक डॉ निमिषा अवस्थी ने बताया कि करोंदा मानव स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने कहा की करोंदा एक झाड़ीनुमा पोधा होता है। करोंदे का प्रयोग अचार और सब्जी बनाने में किया जाता है। इसका पोधा बीज से अगस्त या सितम्बर में 1.5 मीटर की दूरी पर लगाया जाता है इसका स्वाद खट्टा होता है स्वभाव से ये गर्म तासीर का होता है पके हुए करोंदे खाने में बहुत अच्छे लगते है करोंदा भूख को बढ़ाता है। और पित्त को शांत करता है यह हृदय के लिए लाभकारी होता है करोंदे खाने से रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है । कैल्शियम होने के कारण यह दांतों के लिए लाभकारी होता है यह मुख को स्वस्थ रखता है इसको खाने से बजन कम होता है तथा हड्डियों को मजबूती एवं चमकती त्वचा, मुँहासे की रोकथाम, बालों का बढ़ना आदि करोंदा पोषक तत्वों से भरपूर होता है इसमें प्रोटीन 1.1 से 2.2, विटामिन सी 1.6 से 17.9 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा तत्व 39.1 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, कैल्शियम 21 मिलीग्राम प्रति 100ग्राम, फ़ास्फोरस 38 मिलीग्राम प्रति 100ग्राम पाया जाता है।इसलिए ये स्वस्थ प्रतिरक्षा का निर्माण करता है ओर शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है साथ ही इसमें मौजूद लोहा हिमोग्लोविन की कमी नही होने देता है एस प्रकार से करोंदा हमारे शरीर के लिए अति लाभदायक होता है।

मानव स्वास्थ्य के लिए लाभकारी करोंदा

(संवाददाता दीक्षालय प्रवाह)
कानपुर। चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर के अंतर्गत संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर की गृह वैज्ञानिक डॉ निमिषा अवस्थी ने बताया कि करोंदा मानव स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने कहा की करोंदा एक झाड़ीनुमा पोधा होता है। करोंदे का प्रयोग अचार और सब्जी बनाने में किया जाता है। इसका पोधा बीज से अगस्त या सितम्बर में 1.5 मीटर की दूरी पर लगाया जाता है इसका स्वाद खट्टा होता है स्वभाव से ये गर्म तासीर का होता है पके हुए करोंदे खाने में बहुत अच्छे लगते है करोंदा भूख को बढ़ाता है। और पित्त को शांत करता है यह हृदय के लिए लाभकारी होता है करोंदे खाने से रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है। कैल्सीयम होने के कारण यह दांतों के लिए लाभकारी होता है यह मुख को स्वस्थ रखता है इसको खाने से बजन कम होता है तथा हड्डियों को मजबूती एवं चमकती त्वचा, मुँहासे की रोकथाम, बालों का बडना आदि करोंदा पोषक तत्वों से भरपूर होता है इसमें प्रोटीन 1.1 से 2.2, विटामिन सी 1.6 से 17.9 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा तत्व

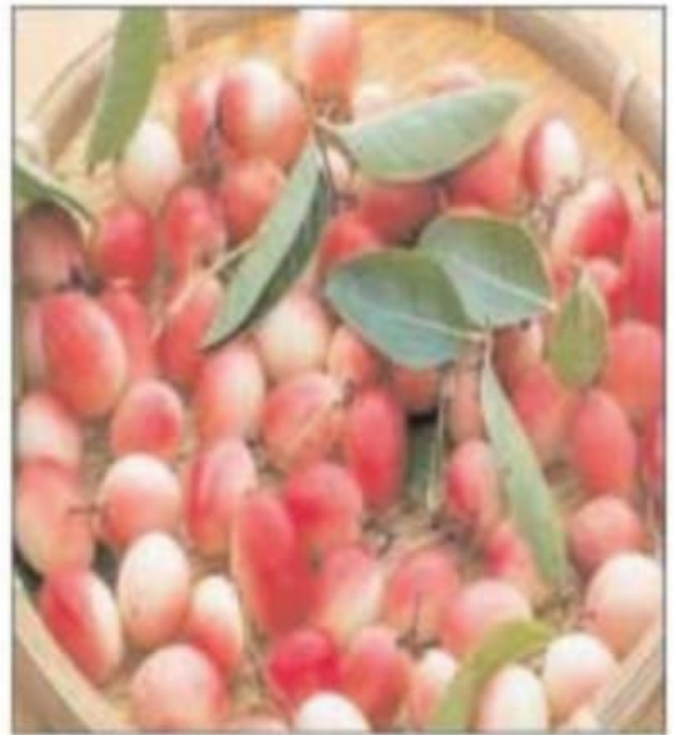


39.1 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, कैल्सीयम 21 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, फास्फोरस 38 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम पाया जाता है। इसलिए ये स्वस्थ प्रतिरक्षा का निर्माण करता है और शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है साथ ही इसमें मौजूद लोहा हिमोग्लोबिन की कमी नहीं होने देता है एस प्रकार से करोंदा हमारे शरीर के लिए अति लाभदायक होता है।

राष्ट्रीय स्वरूप

मानव स्वास्थ्य के लिए लाभकारी करौंदा : डॉ निमिषा अवस्थी

कानपुर । सीएसए के अंतर्गत संचालित कृषि विज्ञान केंद्र दिलीप नगर की गृह वैज्ञानिक डॉ निमिषा अवस्थी ने बताया कि करौंदा मानव स्वास्थ्य के लिए अत्यंत लाभकारी है उन्होंने कहा की करौंदा एक झाड़ीनुमा पोधा होता है। करौंदे का प्रयोग अचार और सब्जी बनाने में किया जाता है। इसका पोधा बीज से अगस्त या सितम्बर में 1.5 मीटर की दूरी पर लगाया जाता है इसका स्वाद खट्टा होता है स्वभाव से ये गर्म तासीर का होता है पके हुए करौंदे खाने में बहुत अच्छे लगते है करौंदा भूख को बढ़ाता है। और पित्त को शांत करता है यह हृदय के लिए लाभकारी होता है करौंदे खाने से रोगप्रतिरोधक क्षमता बढ़ती है कैल्सीयम होने के कारण यह दांतों के लिए लाभकारी होता है यह मुख को स्वस्थ रखता है इसको खाने से बजन कम होता है तथा हड्डियों को मजबूती एवं चमकती त्वचा, मुँहासे को रोकथाम, बालों का बडना आदि करौंदा पोषक तत्वों से भरपूर होता है इसमें प्रोटीन 1.1 से 2.2, विटामिन



सी 1.6 से 17.9 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, लोहा तत्व 39.1 मिलीग्राम प्रति 100 ग्राम, कैल्सीयम 21मिलीग्राम प्रति 100ग्राम, फ़ास्फोरस 38 मिलीग्राम प्रति 100ग्राम पाया जाता है इसलिए ये स्वस्थ प्रतिरक्षा का निर्माण करता है ओर शरीर को रोगों से लड़ने की शक्ति प्रदान करता है साथ ही इसमें मौजूद लोहा हिमोग्लोबिन की कमी नहीं होने देता है एस प्रकार से करौंदा हमारे शरीर के लिए अति लाभदायक होता है।