



Plan scheme: "Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)"

പച്ചക്കറികളിലെ കീടനാശിനികളുടെ വിഷാംശവും അവ നീക്കം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള മാർഗ്ഗങ്ങളും

നാം നിത്യവും ഉപയോഗിക്കുന്ന പച്ചക്കറികൾ മിക്കതും അന്യ സംസ്ഥാനങ്ങളിൽ നിന്നെത്തുന്നവ ആയതു കൊണ്ട് അവയിൽ അടങ്ങിയിരിക്കുന്ന കീടനാശിനി വിഷാംശം എത്ര എന്ന് കണ്ടു പിടിക്കാൻ പച്ചക്കറി കടകളിൽ നിന്ന് സാമ്പിൾ എടുത്തു പരിശോധന നടത്തുന്ന ഒരു പുതിയ പ്ലാൻ സ്കീം കാർഷിക സർവകലാശാലയും കൃഷി വകുപ്പും ചേർന്ന് ഈ വർഷം ആരംഭിച്ചു.

2013 ജനുവരി മുതൽ ഓരോ മാസവും 50 ഇനം പച്ചക്കറി സാമ്പിൾ വീതം ഓരോ മാർക്കറ്റിൽ നിന്ന് വാങ്ങി വെള്ളായണി കാർഷിക കോളേജിലെ "കീടനാശിനി അവശിഷ്ട വിഷാംശ പരിശോധനാ ലാബറട്ടറി"യിൽ എത്തിച്ചാണ് പരിശോധന നടത്തുന്നത്. പരിശോധനക്കുള്ള എല്ലാ അത്യാധുനിക സൗകര്യങ്ങളും, കീടനാശിനി 100 കോടിയിൽ ഒരു അംശം വരെ അളക്കുന്ന ഗ്യാസ് ക്രോമറ്റോഗ്രാഫ്, ലിക്വിഡ് ക്രോമറ്റോഗ്രാഫ്, മാസ്സ് സ്പെക്ട്രോമീറ്റർ എന്നീ ഉപകരണങ്ങളുമുള്ള അന്താരാഷ്ട്ര നിലവാരത്തിലുള്ള സർക്കാർ തലത്തിലെ ഒരേയൊരു അക്രഡിറ്റഡ് ലാബറട്ടറി ആണിത്.

തിരുവനന്തപുരം നഗരത്തിലെ വിവിധ റീറ്റെയിൽ വിപണികളിൽ നിന്ന് ശേഖരിച്ച 50 ഇനം പച്ചക്കറികളെ വിഷാംശത്തിന്റെ തോത് അനുസരിച്ച് മൂന്നായി തിരിച്ച് പട്ടികയിൽ കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. ഓരോ പച്ചക്കറിയിലും കണ്ട കീടനാശിനികളുടെ വിഷാംശം സംബന്ധിച്ചുള്ള വിശദ കണക്കുകൾ കാർഷിക സർവകലാശാല, കൃഷി വകുപ്പ്, കിസ്റ്റാൻ കേരള എന്നിവയുടെ വെബ്സൈറ്റിലും കൊടുക്കുന്നതാണ്. മൂന്ന് മാസത്തിൽ ഒരിക്കൽ ഈ പരിശോധനാ ഫലം വെബ്സൈറ്റിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നതാണ്.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് : **ഡോ. തോമസ് ബിജു മാത്യു**
പ്രൊഫസ്സർ,
പെസ്റ്റിസൈഡ് റെസിഡ്യൂ ലാബ്
(കീടനാശിനി അവശിഷ്ട വിഷാംശ പരിശോധനാ ലാബറട്ടറി)
കാർഷിക കോളേജ്, വെള്ളായണി പി.ഒ;
തിരുവനന്തപുരം 695 522
ഇ-മെയിൽ: biju2358@yahoo.co.in



Plan scheme: "Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)"





പച്ചക്കറികളെ വിഷാംശത്തിന്റെ തോത് അനുസരിച്ച് മൂന്നായി തിരിച്ചു പട്ടിക

അപകടകരമായ തോതിൽ വിഷാംശം കണ്ടത്	വിഷാംശം കുറവ് ഉള്ളത്	തീർത്തും വിഷരഹിതം
കോളിഫ്ലവർ	ബീറ്റ് റൂട്ട്	പടവലം
കാബേജ് (വെള്ള)	കത്തിരി	പാവക്ക
കാബേജ് (വയലേറ്റ്)	കാരറ്റ്	വെള്ളരി
പയർ	വെളുത്തുള്ളി	മാങ്ങ
ചുവപ്പ് ചീര		സലാഡ് വെള്ളരി
ചുവന്നുള്ളി		മരച്ചീനി
നെല്ലിക്ക		ചേമ്പ്
പച്ചമുളക്		അമരക്ക
മല്ലിയില		ബീൻസ്
കറിവേപ്പില		ഇഞ്ചി
മുരിങ്ങക്ക		സവാള
തക്കാളി		സാമ്പാർ മുളക്
കാപ്സിക്കം (മഞ്ഞ)		വഴുതന
കാപ്സിക്കം (ചുവപ്പ്)		ചേന
പുതിന ഇല		ഉരുളക്കിഴങ്ങ്
കോവക്ക		കറിക്കായ്
വെണ്ടക്ക		കാപ്സിക്കം (പച്ച)
		പീച്ചങ്ങ
		ചൊരയ്ക്ക
		ചൗചൗ
		റാഡീഷ് (വെള്ള)
		ചേമ്പ്
		ഏത്തക്ക
		കുമ്പളം
		മത്തൻ
		കൈതച്ചക്ക
		തണ്ണിമത്തൻ (കിരൺ- കടും പച്ച)
		തണ്ണിമത്തൻ (ഇളം പച്ച)
		ശ്രീൻ പീസ്



Plan scheme: "Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)"

അപകടകരമായ തോതിൽ വിഷാംശം കണ്ട പച്ചക്കറികളിൽ നിന്ന് വിഷം എങ്ങനെ നീക്കം ചെയ്യാം?

<p>കോളി ഫ്ളവർ</p> 	<p>അടിയിലെ ഇലയും തണ്ടും വേർപെടുത്തിയ ശേഷം കോളിഫ്ളവറിന്റെ ഇതളുകൾ ഓരോന്നായി മുറിച്ച് അടർത്തിയെടുക്കുക. വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) ഉപ്പ് ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കി വെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. സൂഷിരങ്ങൾ ഉള്ള പാത്രത്തിൽ വെച്ച് വെള്ളം വാർന്ന് പോയ ശേഷം പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടെയ്നറിൽ അടച്ച് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>കാബേജ് (വെള്ള)</p>  <p>(വയലെറ്റ്)</p> 	<p>കാബേജിന്റെ (വെള്ള, വയലെറ്റ്) ഏറ്റവും പുറമേയുള്ള മൂന്നോ നാലോ ഇതളുകൾ അടർത്തിക്കളഞ്ഞ ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>മല്ലിയില</p> 	<p>മല്ലിത്തണ്ടിന്റെ ചുവടുഭാഗം വേരോടെ മുറിച്ചുകളഞ്ഞശേഷം റിഷ്യൂ പേപ്പറിലോ ഇഴയകന്ന കോട്ടൺ തുണിയിലോ പൊതിഞ്ഞ് പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടെയ്നറിൽ അടച്ച് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക. ഉപയോഗത്തിനു തൊട്ടുമുമ്പ് വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) ഉപ്പ് ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക.</p>



Plan scheme: "Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)"

<p>കറിവേപ്പില</p>  <p>പുതിന ഇല</p> 	<p>വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിന്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) കറിവേപ്പിലയും പുതിന ഇലയും പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. വെള്ളം വാർന്ന് പോകാൻ സൂഷിരങ്ങൾ ഉള്ള പാത്രത്തിൽ ഒരു രാത്രി വെച്ച ശേഷം റിഷ്യൂ പേപ്പറിലോ ഇഴയകന്ന കോട്ടൺ തുണിയിലോ പൊതിഞ്ഞ് പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടെയ്നറിൽ അടച്ച് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>പച്ചമുളക്</p>  <p>കാപ്സിക്കം</p>   <p>കത്തിരി</p>  <p>തക്കാളി</p> 	<p>വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിന്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. വെള്ളം വാർന്ന് പോകാൻ സൂഷിരങ്ങൾ ഉള്ള പാത്രത്തിൽ ഒരു രാത്രി വെച്ച ശേഷം മുളക്, കാപ്സിക്കം, കത്തിരി എന്നിവയുടെ ഞെട്ട് അടർത്തിമാറ്റിയിട്ട് കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് പ്ലാസ്റ്റിക് കണ്ടെയ്നറിൽ അടച്ച് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>



Plan scheme: “Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)”

<p>പയർ</p>  <p>പടവലം</p> 	<p>വളരെ മുദുവായ സ്ക്രബ് പാഡ് ഉപയോഗിച്ച് സൂക്ഷിച്ച് ഉരസി കഴുകുക. വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിന്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>ചുവപ്പ് ചീര</p>  <p>പച്ച (വെള്ള) ചീര</p> 	<p>തണ്ടിന്റെ ചുവടുഭാഗം വേരോടെ മുറിച്ചുകളഞ്ഞശേഷം വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിന്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ കലക്കി) ചീര പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>പാവക്ക</p>  <p>വെണ്ടക്ക</p> 	<p>തുണി കഴുകുന്ന ബ്രഷ് ഉപയോഗിച്ച് മുദുവായി ഉരസി വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിന്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) പാവക്കയും വെണ്ടക്കയും പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>



Plan scheme: “Production and Marketing of Safe to Eat (Pesticide free) vegetables for sale through government outlets (PAMSTEV 2012-2013)”

<p>നെല്ലിക്ക</p>  <p>കോവക്ക</p> 	<p>വിനാഗിരി ലായനിയിലോ (20 മില്ലി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) വാളൻ പുളി ലായനിയിലോ (20 ഗ്രാം വാളൻ പുളി ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ പിഴിഞ്ഞ് അരിച്ച ലായനി അല്ലെങ്കിൽ പാക്കറ്റിൽ കിട്ടുന്ന റ്റാമറിൻ്റ് പേസ്റ്റ് (tamarind paste) രണ്ട് റേബിൾ സ്പൂൺ ഒരു ലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ) നെല്ലിക്കയും കോവക്കയും പത്ത് മിനിറ്റ് മുക്കിവെച്ച ശേഷം വെള്ളത്തിൽ പല ആവർത്തി കഴുകുക. കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക.</p>
<p>ബീറ്റ് റൂട്ട്</p>  <p>കാരറ്റ്</p>  <p>മുരിങ്ങക്ക</p> 	<p>പല ആവർത്തി വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയ ശേഷം വെള്ളം വാർന്ന് പോകാൻ സൂഷിരങ്ങൾ ഉള്ള പാത്രത്തിൽ ഒരു രാത്രി വെച്ച ശേഷം കോട്ടൺ തുണി ഉപയോഗിച്ച് വെള്ളം തുടച്ചിട്ട് ഇഴയകന്ന കോട്ടൺ തുണിയിൽ പൊതിഞ്ഞ് ഫ്രിഡ്ജിൽ സൂക്ഷിക്കുക. ഉപയോഗത്തിന് തൊട്ടുമുമ്പ് തൊലി ചുരണ്ടിക്കളഞ്ഞ്, ഒരിക്കൽ കൂടി കഴുകിയിട്ട് പാചകം ചെയ്യുക.</p>
<p>ചുവന്നുള്ളി</p>  <p>വെളുത്തുള്ളി</p> 	<p>ഉപയോഗത്തിന് തൊട്ടുമുമ്പ് ഉണങ്ങിയ തൊലി മുഴുവൻ പൊളിച്ച് കളഞ്ഞ് പല ആവർത്തി വെള്ളത്തിൽ കഴുകിയ ശേഷം ഉപയോഗിക്കുക.</p>