

ဘာကြောင့် စနစ်တကျ စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်ဖို့ လိုတာလဲ ?



သဘာဝတောထဲမှ တူးဖော်ရဆောင်းခြင်းဖြင့် ဝ ဥ၏ အစစကိုစမ်းပျက်စီး၍ မျိုးသုဉ်းသည်အထိ ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။

သဘာဝတောထဲကနေ စုဆောင်းတဲ့အတွက်ရောင်းတန်းဝင် အဆင့်မီ ဝဥများ လိုသလောက်မရနိုင်ဘူး။
အချိန်မတိုင်မီ အလှအသက်တူးဖော်ကြလို့အရွယ်သေးတဲ့ မျိုးဥများ ပါဝင်ပြီး အလေအလွင့်ဖြစ်စေလို့ မြန်မာပြည်အချို့ဒေသတွေမှာ မျိုးသုဉ်းတဲ့ အန္တရာယ်ကျရောက်နေပါတယ်။
ဒါကြောင့် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ဖို့ လိုပါတယ်။



တူးဖော်ရိုက်သိမ်းကြစို့။

ဆောင်းဦးရာသီ၊ နိုဝင်ဘာလ-ဒီဇင်ဘာလတွင် မြေပေါ်ပင်ပိုင်းညှိုး ခြောက်သွားချိန်၌ တူးဖော်ရိုက်သိမ်းရပါတယ်။ ဥများထိခိုက်ဒဏ်ရာမရအောင် ဂရုစိုက်ရမယ်။
တစ်ဧကစိုက်ပါက ဝဥအစုံ ၁၀ တန် မှ ၁၅ တန် ရနိုင်ပါတယ်။ တူးဖော်ပြီး (၃)ရက်ထက် ပို၍ အခြောက်မထားသင့်ပါ။ အရိပ်ရ လေသလပ်ရာတွင် သိုလှောင်ထားရပါမယ်။ အခြောက်ခံပါက ဝဥခြောက် ၂တန် မှ ၃တန် ရနိုင်ပါတယ်။

အကျိုးအမြတ်တွက်ကြည့်ရအောင်



- စတင်စိုက်ပျိုးတာကနေ ရိုက်သိမ်းသည်အထိ တစ်ဧကကို ကျပ်၅ သိန်း (၆၅၂ ဒေါ်လာ) ခန့်ကုန်ကျပါတယ်။
- တစ်ဧကကို ဝဥခြောက်၂ တန်ထွက်ရှိရင် ကျပ်၁၅.၂ သိန်း (၁၉၀၀ဒေါ်လာ) ပြန်ရနိုင်တာကြောင့် အကျိုးအမြတ် အများကြီးရနိုင်ပါတယ်။
- နှစ်ရှည်ပင်တွေကြားမှာ ကြားသီးနှံအနေနဲ့ စိုက်လို့ရတယ်။
- နောက်နှစ်တွေမှာ မျိုးဖိုးနဲ့ ပြေပြုပြင်ခတွေ လျော့သွားနိုင်ပါတယ်။ မျိုးထုတ်လုပ်ပြီး ရောင်းလိုလည်း ဝင်ငွေရနိုင်ပါတယ်။
- မြန်မာပြည်မှာ (ဂ)မျိုးလောက်ရှိပြီး အဓိကပါဝင်တဲ့အစိုးတန် Glucomannan ပါဝင်မှုများတဲ့အတွက် အမျိုးအစားကောင်းမွန်လို့ အလားအလာရှိတဲ့ ပို့ကုန်တစ်ရပ်ဖြစ်တယ်။

ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် သစ်တောရေးရာဝန်ကြီးဌာန သစ်တောဦးစီးဌာန၊ တိုးချဲ့ပညာပေးရေးဌာနမှ ထုတ်ဝေသည်။

ပြည်ထောင်စုသမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော် ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် သစ်တောရေးရာဝန်ကြီးဌာန



ဝဥ စိုက်ပျိုး ဝင်ငွေတိုး



ရက္ခဗေဒအမည်- *Amorphophallus Campanulatus*
အင်္ဂလိပ်အမည်- Elephant foot yam (or) white yam (or) Tellinga potato (or) Konjac

မူရင်းဒေသ

♦ ဝဥရဲ့မူရင်းဒေသကအရှေ့တောင်အာရှဒေသဖြစ်ပြီး အပူပိုင်းအာရှဒေသနှင့် အာဖရိကဒေသမှာ သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်ကြပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာတောင်ပေါ်ဒေသများနဲ့ ရန်ကုန်-ပြည်တစ်ကြော၊ ရန်ကုန်-မန္တလေးကြား၊ ကချင်၊ ကရင်၊ ရခိုင်၊ ဝှမ်းပြည်နယ်၊စစ်ကိုင်း၊ ဧရာဝတီ၊ ပဲခူးနှင့် တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးတွေမှာ သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်ကြတယ်။ ကမ္ဘာမှာ မျိုးပေါင်း ၁၃၀ လောက်ရှိပြီး ၁၂ မျိုးခန့်ကိုသာ ဖော်ထုတ်သုံးစွဲလျက်ရှိတယ်။

သဘာဝကပေးတဲ့ အစိုးတန်လက်ဆောင် “ဝဥ”

- ❖ နိုင်ငံတကာမှာ ဝဥကို ခေါက်ဆွဲမျှင်၊ ဂျယ်လီ၊ အသားတု၊ ပူတင်၊ ကော်ဖီ၊ သကြားလုံးများအဖြစ် ပုံစံအမျိုးမျိုးနဲ့ စားသောက်ကြတယ်။ အလှကုန်ပစ္စည်းအနေနဲ့လည်း ထုတ်လုပ်တယ်။
- ❖ ကျန်းမာရေးအတွက် အထူးသင့်လျော်တဲ့ သဘာဝလက်ဆောင်ဖြစ်လို့ တိုင်းရင်းသားအနေနဲ့ရော ခေတ်မီသားဝါးအနေနဲ့ပါ ထုတ်လုပ်ကြတယ်။
- ❖ စက်မှုကုန်ကြမ်းပစ္စည်းအနေနဲ့လည်း သုံးကြတယ်။ နိုင်ငံတကာဈေးကွက်မှာ ဝယ်လိုအားကောင်းလို့ စီးပွားရေးအရလည်း တွက်ခြေကိုက်တယ်။



ဝဥ ကြိုက်တဲ့ ရာသီဥတုနဲ့ မြေအမျိုးအစား

- ❖ မိုးများပြီး ကာလရှည်ကြာ မိုးရွာသွန်းမှုရှိတဲ့ ပူနွေးစွတ်စိုတဲ့ ရာသီဥတုကိုကြိုက်တယ်။ အပင်ကြီးထွားချိန်မှာ မိုးရေချိန် ၆၀လက်မ ရွာသွန်းပြီး ဖြန့်ကျက်ရွာသွန်းမှုကို ကြိုက်ပါတယ်။ ပျမ်းမျှအပူချိန် ၂၅ မှ ၃၅ စင်တီဂရိတ်အကြား ပူနွေးစွတ်စိုတဲ့ ရာသီဥတုကို ကြိုက်နှစ်သက်တယ်။
- ❖ မြေဆွေးဝါတ်များများပါတဲ့ အစိုဓာတ်ထိန်းအားကောင်းတဲ့ နန်းမြေမျိုးကိုကြိုက်တယ်။
- ❖ ရေစီးရေလာမကောင်းတဲ့ ၊ ရေဝပ်တဲ့ မြေကိုမကြိုက်ပါဘူး။ မြေအချဉ်အငန် Ph ၅.၅ မှ ၆.၅ ကိုကြိုက်တယ်။

ကျန်းမာရေးအတွက် သေးတစ်ခွက်

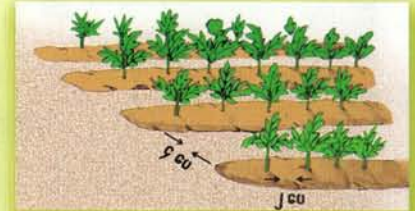
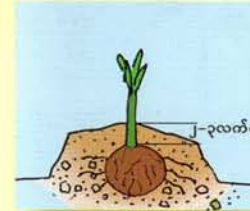
- ❖ ဝဥမှာ အဓိကပါဝင်တဲ့ Glucomannan ဟာ ကယ်လိုရီ အလွန်နည်းတဲ့အတွက် ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ကို လျော့ချပေးတယ်။
- ❖ အမျှင်ဓာတ်ကြွယ်ဝစွာပါလို့ အစာအိမ်နဲ့ အစာလမ်းကြောင်း သန့်ရှင်းစေတာကြောင့် အစာအိမ်နဲ့ အူလမ်းကြောင်းကင်ဆာ ဖြစ်ပွားခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးတယ်။
- ❖ သွေးတွင်း ကျိတ်စက်စေရာ စုပ်ယူဖယ်ရှားခြင်းကြောင့် နှလုံးရောဂါဖြစ်ပွားမှုမှ ကာကွယ်ပေးတယ်။
- ❖ ပိုလျှံသကြားဓာတ်ကိုလည်း စုပ်ယူဖယ်ရှားခြင်းကြောင့် ဆီချို၊ သွေးချိုရောဂါဖြစ်ပွားမှုအား ကာကွယ်ပေးပါတယ်။
- ❖ သဘာဝတောတောင် မြေဆီလွှာအောက်ရှိ ဓာတ်သတ္တုများ ပျော်ဝင်လျက်ရှိတဲ့ရေကို ၉၀% လောက်စုပ်ယူထားတာကြောင့် ကိုယ်လက်ကြံ့ခိုင်သန်မာစေတယ်။



“ဝဥ” စနစ်တကျစိုက်ပျိုးရအောင်

- မြေပြုပြင်ခြင်း-** ခြံနွယ်ပေါင်းမြက်များရှင်းလင်းပြီး ထယ်(၁)လွှာ ထွန် (၂)လွှာရပါမယ်။ ပြီးရင်စိုက်တန်း၊ စိုက်ကျင်းများ ပြင်ရပါမယ်။
- စိုက်ပျိုးခြင်း-** တန်းကြား(၄)ပေ၊ပင်ကြား(၂)ပေစိုက်ပါ။ တစ်ဧကလျှင် (၅၄၄၅) ပင် ဝင်အောင်စိုက်သင့်ပါတယ်။
- မြေချခြင်း-** မိုးဦးရာသီ မေလမှာစတင်စိုက်သင့်ပါတယ်။ ၆"×၆"×၆"စိုက်ကျင်းပြင်ပြီး အပေါ်ရံမြေ ၂"-၃" လောက် မြေဖုံးဖိရုံစိုက်ပျိုးရတယ်။ မြေကြီးထဲ လွန်စွာနစ်အောင် မြှုပ်မစိုက်ရပါဘူး။

အပင်ပြုစုခြင်း- အညွန့်ထွက်ပြီး ၊ မြေပေါ်အပင်ပိုင်း ကြီးထွားလာရင်၊ ပေါင်းသင်းမြေဆွေးမြေဘောင်လုံးပေးရပါတယ်။ ရေမဝပ်ဖို့ အထူးဂရုစိုက်ဖို့လိုပါတယ်။ အရိပ်မရှိက ၆၀% အရိပ်ရအောင် လုပ်ပေးသင့်ပါတယ်။



စိုက်ပျိုးဖို့ ပျိုးဘယ်လိုယူမလဲ ?

- ❖ ၃၀ ကျပ်သားအရွယ်ရှိ ဝဥကို တိုက်ရိုက်ချ၍ စိုက်ပျိုးခြင်း။
- ❖ ၁ ပိဿာခန့်ရှိ ဥများကို ၄ စိတ်အညီ ခွဲခြားစိုက်ပျိုးခြင်း။
- ❖ ဝဥပန်းခိုင်မှ ထုတ်လုပ်ရရှိသောပျိုးစေ့များကို သဲစိုဘောင်ဖြင့်ပျိုးခြင်း။
- ❖ မြေကြီးထဲရှိ ဝဥမကြီးပေါ်က အဖုများကို ဖဲ့၍စိုက်ပျိုးခြင်း။
- ❖ အရွက်မှ အသီးများကို ပျိုးထောင်စိုက်ပျိုးခြင်း။



အရွက်မှအသီး



ဝဥ ပန်းခိုင်