हिमाचल प्रदेश में कृषि विविधीकरण, आजीविका और उद्यमशीलता के लिए उपयुक्त कलिनरी हर्ब्स

अमित तिवारी

कलिनरी हर्ब्स का प्रयोग भोजन के स्वाद को बढ़ाने के लिए गार्निशिंग और सीजनिंग के रूप में किया जाता है। ये हर्ब व्यंजनों में स्वाद और सुगंध दोनों को बढाती हैं। फूड इंडस्ट्री अथवा घरों की रसोई में भोजन एवं खाद्य पदार्थो को विभिन्न प्रकार के फ्लेवर तथा खुशबू को बढ़ाने के लिए इन कलिनरी हर्ब्स को ताजी, सूखी हर्ब तथा तेल के रूप में प्रयोग किया जाता है। कलिनरी हर्ब्स के रूप में सबसे ज्यादा प्रयोग की जाने वाली हर्ब्स मुख्य रूप से बेसिल, आरेगेनो, रोजमेरी, थाइम, मिंट, दिल, पार्सले तथा चाइव हैं। जिनका प्रयोग विभिन्न प्रकार के व्यंजन सूप, स्टॉज, सॉस, सलाद तथा बेकरी प्रोडक्ट्स आदि को स्वाद और सुगंध प्रदान करने के लिए प्रयोग में लाया जा रहा है। स्वाद को बढ़ाने के साथ–साथ इन कलिनरी हर्ब्स में औषधीय गुण भी विद्यमान होते हैं। इसलिए इन कलिनरी हर्ब्स को विभिन्न बीमारियों के इलाज के लिए भी प्रयोग लाया जा रहा है।

हिमाचल प्रदेश, उत्तरी भारत का एक राज्य है जोकि अपनी विविध और अनुकूल जलवायु के लिए जाना जाता है। यहाँ की जलवायु इसे कलिनरी हर्ब्स सहित अन्य हर्ब्स की एक विस्तृत श्रृंखला की खेती के लिए एक आदर्श स्थान बनाती है। राज्य में कलिनरी हर्ब्स का एक लंबा इतिहास है और स्थानीय व्यंजनों में इन हर्ब्स का उपयोग करने की एक मजबूत परंपरा है, जिसने कलिनरी हर्ब्स की खेती तथा इससे जुड़े हुए उद्योग के विकास को प्रेरित किया है। पिछले कुछ वर्षों में हिमाचल प्रदेश में कलिनरी हर्ब्स की खेती पर ध्यान केंद्रित किया गया है, जिसमें जैविक कृषि पद्धतियों के साथ इन फसलों की खेती पर राज्य सरकार के द्वारा पहल की गयी है। राज्य में कुछ सबसे अधिक उगाई जाने वाली कलिनरी हर्ब्स में बेसिल, ऑरेगैनो, मिंट, रोजमेरी, सेलरी, और चाइव शामिल हैं।

हिमाचल प्रदेश के किसानों के पास उपजाऊ मिट्टी और अनुकूल जलवायु उपलब्ध है, जो इसे कलिनरी हर्ब्स की खेती के लिए एक आदर्श स्थान बनाती है। राज्य के किसान उच्च गुणवत्ता वाली कलिनरी हर्ब्स का उत्पादन करने में सक्षम हैं, जिनकी स्थानीय और विश्व स्तर पर मांग है। इसलिए यह कहा जा सकता है कि हिमाचल प्रदेश में कलिनरी हर्ब्स की खेती में किसानों को आर्थिक लाभ प्रदान करने और राज्य के कृषि क्षेत्र में विविधता लाने में ये फसलें महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकती हैं। विश्व स्तर पर कलिनरी हर्ब्स की बढ़ती मांग के साथ, हिमाचल प्रदेश में इन फसलों की खेती एवं इससे जुड़े उद्योग में वृद्धि का एक महत्वपूर्ण अवसर है। हिमाचल प्रदेश की जलवायु के लिए सबसे उपयुक्त मुख्य कलिनरी हर्ब्स का विवरण निम्न है।

1. **रोजमेरीः** रोजमेरी लेमिएसी कुल का बहुवर्षीय एंव शाकीय पौधा है। पौधे की पत्तियाँ अपेक्षाकृत मोटी, एंव ऊपर से गहरे हरे रंग की होती हैं। पत्तियों की निचली सतह हल्की सफेद एंव रोयेंदार होती है। पौधे में फूल शाखाओं के ऊपरी भाग में गुच्छों के रूप में

व्यवस्थित होते हैं। फूल हल्के बैंगनी या सफेद रंग के होते हैं। पौधे का शाकीय भाग हरा एंव भूरा होता है।

2. **ओरगेनोः** ओरगेनो एक कलिनरी एंव औषधीय हर्ब है इसका वानस्पतिक नाम ओरिगेनम वल्गेयर है तथा यह लेमिएसी कुल से सबंधित है। ओरगेनो ग्रीक भाषा का शब्द है जो कि ''ओरस'' तथा गेनोस शब्द से मिल कर बना है। ''ओरस'' का शाब्दिक अर्थ ''पर्वत'' तथा '''गेनोस'' का शाब्दिक अर्थ ''सुंदरता होता है। जिसका पूरा अर्थ पर्वत की सुंदरता है। यह ठण्डी जलवायु वाला पौधा है, ओरगेनो भूमध्य क्षेत्र तथा एशिया के उष्णकटिबंधीय क्षेत्रों में पाया जाता है।
3. **बेसिलः** इस तुलसी स्टीव बेसिल के नाम से भी जाना जाता है। यह संगधीय पौधा होता है। इसकी पत्तियों से प्राप्त तेल का प्रयोग संगध उद्योग में विभिन्न प्रकार के उत्पादों को बनाने में किया जाता है।
4. **थाईमः** थाईम (थाइमस लियेनेरिस) औषधीय एंव सगंधीय पौधा है। यह वहुबर्षीय पौधा है जो कि लेमिएसी कुल से सम्बंधित है। थाईम के तेल में मुख्य रूप से थाइमॉल पाया जाता है। इसके तेल का प्रयोग इत्र, शराब, दवाईयाँ तथा प्रसाधन सामिग्री बनाने में किया जाता है। इसके तेल का प्रयोग मीट, बटर, च्युविगम, आइसक्रीम, कैण्डी तथा अन्य पेय पदार्थो को संरक्षित करने मे भी किया जाता है। थाईम के तेल में एण्टी–सैप्टिक तथा एण्टी–बैक्टीरीयल गुण होने के कारण इसकी खपत एंव इसकी माँग दोनो ही बढ़ रही है।
5. **मैजोरानाः** मैजोराना (मर्जोरम होर्टीसेन्स) एक वहुबर्षीय शाकीय पौधा है जो कि लेमिएसी कुल से सबंधित है। यह संगधीय पौधा है। इसका उत्पत्ति स्थान दक्षिणी यूरोप, उत्तरी अफ्रीका तथा एशिया को माना गया है। मैजोराना का प्रयोग यूरोपीय देशों में बहुत अधिक मात्रा में किया जाता है। मैजोराना की ताजी अथवा सूखी पत्तियों का प्रयोग हर्बल चाय को बनाने, व्यंजनों की में फ्लैवरिग व उच्च कोटि की खुशबू प्रदान करने तथा औषधीयों के निर्माण में किया जाता है।
6. **लैवेन्डरः** लैवेन्डर (लेवेन्डुला ओफिसेनिलिस) लेविएटी कुल का झाड़ीदार बहुवर्षीय पौधा है। इसके तेल को पौधे के फूलों से वाष्प–आसवन के द्वारा प्राप्त किया जाता है। कलनरी उद्योग में लेवेन्डर तेल की माँग विभिन्न प्रकार के बेकरी पदार्थो को सुगंधित करने में किया जाता है। भारत एंव विदेशी बाजारों में इसकी गुणवत्ता के कारण इसकी खपत एंव इसकी माँग दोनो ही बढ़ रही है।
7. **लेमनग्रासः** लेमनग्रास घास कुल का नींबू की सुगंध प्रदान करने वाला एक बहुत ही महत्वपूर्ण सगंधीय पौधा है। हमारे देश में लेमनग्रास के तेल की माँग इसमें पाये जाने वाली नीबू की सुगंध के कारण बढ़ रही है। लेमनग्रास के तेल की इत्र, खाद्य, पेय एंव प्रसाधन उद्योग में बहुत अधिक माँग है। इसकी पत्तियों का प्रयोग हर्बल चाय के रूप में भी किया जाता है।
8. **सेलेरीः** सेलेरी (एपियम ग्रेवोलेंस) एक महत्वपूर्ण सुगंधित पौधा है, जो दुनिया के विभिन्न हिस्सों में सलाद की फसल के रूप में इसकी ताजी शाक के लिए उगाया जाता है। सूखे बीजों का उपयोग मसाले के रूप में भी किया जाता है। अजवाइन को फ्रेंच तथा जर्मन में सेलेरी तथा भारत में अजमोद के नाम से जाना जाता है। यह एक महत्वपूर्ण कलनरी हर्ब है।

9. **स्पियरमिंटः** स्पियरमिंट मिंट परिवार का पौधा है। स्पियरमिंट का का उपयोग स्वाद को बढ़ाने के लिए किया जाता है। स्पियरमिंट के अंदर भरपूर मात्रा में पोषक तत्व पाए जाते हैं। इसके अंदर कॉपर, आयरन, मैग्नीशियम, वसा के साथ–साथ विटामिन सी, प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, फोलेट आदि भी मौजूद हैं। ऐसे में इसके उपयोग से कई समस्याएं जैसे मांसपेशियों में ऐंठन, सिर दर्द, गैस आदि समस्याएं दूर हो सकती हैं।

हिमाचल प्रदेश की जलवायु रोजमेरी, ओरगेनो, बेसिल, थाईम, मैजोराना, लैवेन्डर, लेमनग्रास, सेलेरी तथा स्पियरमिंट को आसानी से उगा कर वहां के किसान आर्थिक लाभ ले सकते हैं। इन फसलों के कृषि सम्बन्धी ब्यौरा तालिका 1 तथा 2 में उल्लेखित है।

तालिक 1: कलिनरी हर्ब्स के रूप में प्रयोग होने वाले पौधों की सीमैप के द्वारा विकसित प्रजातियाँ।

पौधे का नाम		**प्रजातियाँ**
रोजमेरी	:	सिम–हरियाली
ओरगेनो	:	सिम–सुदीक्षा
स्पियरमिंट	:	अरका, एम0एस0एस0–05, नीर कालका, नीरा
लैवेन्डर	:	शेरे–ए–कश्मीर
लेमनग्रास	:	काबेरी, कृष्णा, नीमा, प्रगति, प्रमाण
बेसिल	:	सिम–सौम्या, सिम–ज्योती, सिम–सारदा, सिम–सुरभी,

कलिनरी हर्ब्सः

रोजमेरी	ओरगेनो	बेसिल
थाईम	मैजोराना	लैवेन्डर
लेमनग्रास	सेलेरी	स्पियरमिंट

तालिक 2 : कलिनरी हर्ब्स का हिमाचल प्रदेश की जलवायु के लिए रोपाई का समय, कटाई का समय, कटाई की संख्या/वर्ष, व्यावसायिक भाग, उपज, मुख्य रासायनिक अवयव एंव तेल का प्रतिशत का विवरण।

क.सं	पौधे का नाम	रोपाई का समय	कटाई का समय	कटाई की संख्या/वर्ष	व्यावसायिक भाग	उपज	मुख्य रासायनिक अवयव	तेल का प्रतिशत
1	Rosemary	February -March	March, May, July & Oct	03	Dry leaves	30 q	p-cymene (44.02%), linalool (20.5 %)	Dry herb- 2 %
2	Lemongrass	June-July	March, May, July & Oct	03	Dry leaves	100 q	Citral (70%); Linalool, (1.34%)	Dry herb- 1.5 %
3	Oregano	February -March	April, June & August	03	Dry leaves & flower	30 q	Carvacrol and thymol	Dry herb- 1.2 %
4	Thyme	February -March	April, June & August	03	Dry leaves & flower	20 q	Thymol	Dry herb- 1.4 %
5	Majorana	February -March	April &June	02	Dry leaves & flower	20 q	Terpinen-4-ol (34.1%), α-terpinene (19.2%)	Dry herb- 0.8 %
6	Lemon Balm	February -March	April, June & August	03	Dry leaves & flower	30 q	Citral, citronellal, linalool,	Dry herb- 0.7 %
7	Spear Mint	February	May-June	01	Dry leaves & flower	25 q	Carvone, limonene, cineole	Dry herb – 1.2 %
9	Basil	July	October	01	Leaves, Stems, Flowers & Seed	30 q	Linalool, Citral, camphor & thymol	Dry herb – 1.5 %
10	Celery	February	April &June	02	Dry leaves	40 q	Caffeic acid, p-coumaric acid, ferulic acid	Dry herb- 0.9 %