भारतीय पारंपरिक ज्ञान पत्रिका
खंड 25(7), जुलाई 2026, पृ. 697-706
DOI: 10.56042/ijtk.v25i7.21250

सेटेरियाइ टालिका (कंगनी), एकिनोक्लोआ फ्रुमेंटेसिया (साँवा), एल्यूसिन कोराकाना (रागी) तथा ओराइज़ा सैटिवा (धान/चावल) आधारित पारंपरिक खाद्य उत्पादों की पोषणीय एवं संवेदीगुणवत्ता का तुलनात्मक अध्ययन

प्रज्ञा ओझा[क], पंकज कुमार ओझा[ख,*], विज्ञा मिश्रा[घ] एवं अबधेश कुमार[ख]

[क]कृषि विज्ञान केन्द्र, बाँदा, बाँदा कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, बाँदा 210 001, उत्तर प्रदेश, भारत

[ख]कृषि प्रसार विभाग, बाँदा कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, बाँदा 210 001, उत्तर प्रदेश, भारत

[घ]फसलोत्तर तकनीकी विभाग, उद्यानिकी महाविद्यालय, बाँदा कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, बाँदा 210 001, उत्तर प्रदेश, भारत

[*]ई-मेल: pankajojhabhu@gmail.com

प्राप्त 04 जुलाई 2025; संशोधित 20 मई 2026; स्वीकृत 30 जून 2026

इस अध्ययन के अन्तर्गत मोटे अनाजों द्वारा निर्मित विभिन्न व्यंजनों को निर्मित कर उनका मूल्यांकन किया गया वखाद्यव पोषण सुरक्षा में मोटे अनाज के महत्व का भी अवलोकन किया गया। इसके लिये कंगनी, सांवा, रागी वचावल के भौतिक, रासायनिक, कार्यात्मकव पोषण सम्बन्धी गुणों का विष्लेषण किया गया साथ ही उपरोक्त अनाजों के द्वारा तैयार किये गये खाद्य उत्पाद (लड्डू, हलवा व पुलाव) के संवेदी व पोषण सम्बन्धी गुणों का भी मूल्यांकन किया गया। अनाजों के भौतिक-रासायनिक परीक्षणों में 1000 दानों का वजन क्रमषः कंगनी का 3.33 ग्राम, रागी का 2.73 ग्राम, सांवा का 3.43 ग्राम तथा चावल का 19.0 ग्राम पाया गया। इसी प्रकार 1000 दानों का आयतन क्रमषः 1.33 मि0ली0, 1.75 मि0ली0, 2.07 मि0ली0 व 8.13 मि0ली0 पाया गया। पोषण विष्लेषण में नमी की मात्रा कंगनी में 9.29%, रागी में 12.85%, सांवा में 11.40% तथा चावल में 12.08% पायी गयी। कंगनी में 10.34% प्रोटीन, 3.13% वसा, 4.32% रेषा व 68.89% कार्बोहाईड्रेट पाया गाया। रागी में 6.80% रेशा तथा 71.39% कार्बोहाईड्रेट पाया गया। सांवा में 6.89% प्रोटीन, 3.60% वसा, 2.96% रेशा व 71.86% कार्बोहाईड्रेट पाये गये। जबकि चावल में 6.22% प्रोटीन, 0.57% वसा, 2.23% रेषा व 81.84% कार्बोहाईड्रेट दर्ज किया गया। संवेदी मूल्यांकन के अनुसार रागी से तैयार लड्डू और हलवा सर्वाधिक पसन्द किये गये, जबकि कंगनी से तैयार पुलाव अन्य सभी की तुलना में अधिक पसंद किये गये। अध्ययन के निष्कर्षों से स्पष्ट होता है कि सांवाव कंगनी का पोषण मूल्य चावल की तुलना में अधिक गुणवत्ता पूर्ण है। इसलिये इन मोटे अनाजों को पारम्परिक खाद्यपदार्थों को सम्मिलित करने से पोषण स्तर में सुधार व खाद्यवपोषण सुरक्षा को बढावा दिया जा सकता है।

मुख्य शब्द: खाद्यसुरक्षा, मोटे अनाज (मिलेट्स), पोषणीय गुणवत्ता, संवेदीमूल्यांकन, पारंपरिक खाद्यउत्पाद