UNIVERSITY LIBRARY
Newspaper's Agri Clippings
For more information visit University Library Website
Web - uasbagrilibindia.org
E-mail- librarian@uasbangalore.edu.in
Tuesday
16-06-2026

ಬೆಳೆಗಾರರು ಕಂಗಾಲು | ತೋತಾಪುರಿಗೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಧನ ನೀಡುವಂತೆ ಒತ್ತಾಯ

ಪಾತಾಳಕ್ಕೆ ಕುಸಿದ ಮಾವಿನ ದರ

■ ಎಚ್.ಪಿ. ಪುಣ್ಯವತಿ ಬೆಂಗಳೂರು
punyavathi.hp@timesofindia.com

'ಹಣ್ಣುಗಳ ರಾಜ' ಮಾವಿನ ದರ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಕುಸಿದಿದ್ದು ಬೆಳೆಗಾರರು ಕಂಗಾಲಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಕೆ.ಜಿಗೆ 4-6 ರೂ. ಸಗಟು ದರವಿದೆ. ಇದರಿಂದ ವರ್ಷದಿಂದ ಮಾವು ಫಸಲನ್ನೇ ನಂಬಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಬೆಳೆಗಾರರ ಬದುಕು ಬೀದಿಗೆ ಬರುವಂತಾಗಿದೆ. ಈ ವರ್ಷ ಇಳುವರಿ ಬಂದಿರುವುದೇ ಶೇ.30 ರಷ್ಟು ಅದಕ್ಕೂ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲದಂತಾಗಿದೆ.

ಒಂದು ಟನ್ ಮಾವು ಬೆಳೆಯಲು ರೈತರಿಗೆ ಕನಿಷ್ಠ 12 ಸಾವಿರ ರೂ. ಖರ್ಚು ಬರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ, ಈಗ 4 ಸಾವಿರ ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ಆದರಲ್ಲಿ ಕೂಲಿ, ಸಾಗಾಣಿಕೆ ಮೆಟ್ಟ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಕಳೆದರೆ 2-3 ಸಾವಿರ ರೂ. ಸಿಗುತ್ತಿದೆ. ವರ್ಷವಿಡೀ ಕಾದು ಕುಳಿತ ರೈತರಿಗೆ ಇದು ದೊಡ್ಡ ಹೊಡೆತ ನೀಡಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಸಬ್ಸಿಡಿ ನೀಡುವಂತೆ ರೈತರು ಮನವಿ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಈ ಸಂಬಂಧ ಮಾವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ನಿಗಮವು ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಪ್ರಸ್ತಾವನೆ ಸಲ್ಲಿಸಿದ್ದು, ಕೆ.ಜಿಗೆ 4 ರೂ.ನಂತೆ ಸಬ್ಸಿಡಿ ನೀಡಲು ಒತ್ತಾಯಿಸಿದೆ. ಆದರೆ, ಇದಕ್ಕೆ ಅನುಮೋದನೆ ಸಿಗುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಮಾವಿನ ಸೀಸನ್ ಮುಗಿದಿರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಆತಂಕ ಬೆಳೆಗಾರರದ್ದು.

ಕರುನಾಡಿನಿಂದ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷ 2 ಲಕ್ಷ ಟನ್ ಗೂ ಅಧಿಕ ಮಾವಿನ ತಿರುಳು (ಪಲ್ಪ್) ಗಲ್ಫ್ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೆ ಮಾವಿನ ತಿರುಳು ರಫ್ತಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ, ಈ ಬಾರಿ ಯುದ್ಧದ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಗಲ್ಫ್ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೆ ರಫ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಜತೆಗೆ, ಕರ್ನಾಟಕ, ತಮಿಳುನಾಡು, ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ, ಉತ್ತರಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತಿತರ ಭಾಗಗಳ ಮಾವು ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗೆ ಬಂದಿದೆ. ಇದರೊಂದಿಗೆ ಕೊಯ್ಲು ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ದರಲ್ಲಿಯೇ ಎರಡು ವಾರದಿಂದ ಮಳೆ ಸುರಿಯುತ್ತಿದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಹಣ್ಣುಕಿತ್ತರೂ ಹೆಚ್ಚು ದಿನ ಸಂರಕ್ಷಿಸಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮೂರ್ನಾಲ್ಕು ದಿನದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣು ಹಾಳಾಗುತ್ತದೆ. ಗುಣಮಟ್ಟ ಕಾಯ್ದುಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ, ದರ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಇಳಿಕೆಯಾಗಿದೆ.

''ಹವಾಮಾನ ವೈಪರೀತ್ಯದಿಂದ ಶೇ.30ರಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಬೆಳೆ ಬಂದಿದೆ. ವರ್ಷಕ್ಕೊಮ್ಮೆ ನಾಲ್ಕು ಕಾಸು ನೋಡುವ ಬೆಳೆಯದು. ಈಗ ಅದಕ್ಕೂ ಬೆಲೆಬಾಲ್ಪದೆ ಸಾಲದ ಸುಳಿಗೆ ಸಿಲುಕುವಂತಾಗಿದೆ. ಇಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸರಕಾರವೂ ಸ್ಪಂದಿಸದಿದ್ದರೆ ನಮ್ಮಗತಿಯೇನು?,'' ಎಂದು ಶ್ರೀನಿವಾಸಪುರ ತಾಲೂಕಿನ ಡಿ.ಬಿ. ಶಿವಣ್ಣ, ಡಿ. ಶ್ರೀನಿವಾಸ್, ಡಿ.ಎನ್. ರವಿ, ಡಿ.ವಿ. ವೆಂಕಟರವಣ ರೆಡ್ಡಿ, ಡಿ.ವಿ. ಆಶೋಕ್ ಮತ್ತು ಡಿ.ಎಸ್. ಶ್ರೀಕಾಂತ್ ಸೇರಿದಂತೆ ಮಾವು ಬೆಳೆಗಾರರ ತಂಡ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿದೆ.

''ಮಾವು ಬೆಳೆಗಾರರಿಗೆ ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಇಲಾಖೆ ಮತ್ತು ರಾಜ್ಯ ಮಾವು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಮತ್ತು ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ನಿಗಮದಿಂದ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನೆರವು ಸಿಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಮಾವು ಬೆಳೆಯ ರೋಗ ಹಾಗೂ ಕೀಟಬಾಧೆ ತರುವುದು, ಗುಣಮಟ್ಟ ಮತ್ತು ಇಳುವರಿ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ಬೇಕಾದ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು, ಸೂಕ್ತ ಬೆಲೆ ಕೊಡಿಸುವಲ್ಲಿ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳವಂತಾಗಬೇಕು,'' ಎಂದು ಬೆಳೆಗಾರರು ಮನವಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ.

ಶ್ರೀನಿವಾಸಪುರ ಎಪಿಎಂಸಿ ಸಗಟು ದರ (ಕೆ.ಜಿ.ಗಳಲ್ಲಿ)

ಸೇಂದೂರ	6 ರೂ.
ತೋತಾಪುರಿ	4-5 ರೂ.
ಬಾದಾಮಿ	20 ರೂ.
ಮಲ್ಲಿಕಾ	15-25 ರೂ.
ರಸಪುರಿ	15 ರೂ.
ಸಕ್ಕರೆ ಗುತ್ತಿ	30-35 ರೂ.
ಕೇಸರ್, ದಶೇರಿ	30-35 ರೂ.



ಚಿಲ್ಲರೆ ದರದಲ್ಲಿ ಚಿಲೆ ದುಬಾರಿ

ಅಂದಾಜಿಗೆ ಸಗಟು ದರದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಫಾನ್ಸೊ, ಸೇಂದೂರ, ತೋತಾಪುರಿ ಮತ್ತಿತರ ತಳಿಯ ಮಾವನ್ನು ಸಗಟು ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳುವವರೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ, ಚಿಲ್ಲರೆ ಮಾರಾಟಗಾರರು ಅಲ್ಫಾನ್ಸೊ ಮಾವನ್ನು ಕೆ.ಜಿಗೆ 70-80 ರೂ.ವರೆಗೆ ಮಾರಿದರೆ, ಸೇಂದೂರ 55 ರೂ.ಗೆ, ಮಲ್ಲಿಕಾ 80 ರೂ., ತೋತಾಪುರಿ 40 ರೂ.ಗೆ ಮಾರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇತರೆ ತಳಿಗಳ ದರ ಮತ್ತಷ್ಟು ದುಬಾರಿ ಇದೆ. ಹಾಪ್‌ಕಾಮ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿಯೂ ಹೆಚ್ಚು ದರವಿದೆ.

ನಾವು 25 ಎಕರೆಯಲ್ಲಿ ತೋತಾಪುರಿ ಬೆಳೆದಿದ್ದೇವೆ. 100-120 ಟನ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಈ ತಳಿ ಜ್ಯೂಸ್‌ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ, ಇದರ ಪಲ್ಪ್ ಹೊರರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೂ ರಫ್ತಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಈ ಬಾರಿ ಯುದ್ಧದಿಂದಾಗಿ ಗಲ್ಫ್‌ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಿಗೆ ಮಾವಿನ ತಿರುಳು ರಫ್ತಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ, ಸರಕಾರ ಈ ವರ್ಷವೂ ಕೆ.ಜಿಗೆ 4 ರೂ.ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ಧನ ನೀಡಲಿ.



-ಡಿ.ಟಿ. ರಜನಿಕಾಂತ್
ದಿಂಬಾಲ, ಶ್ರೀನಿವಾಸಪುರ ತಾಲೂಕು

V-karnataka pg 05

ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ, ಯಂತ್ರ ಕಲಿಕೆ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಮಹತ್ವದ ಹೆಜ್ಜೆ ಇಟ್ಟ ಬೆಂಗಳೂರು ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ

ಕೃಷಿ ಕ್ಷೇತ್ರದ ಪದವಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಎಐ ಕೋರ್ಸ್ ಆರಂಭ

▸ ದೇವಿತಾ ಸಿ.ಸುಬ್ಬಯ್ಯ

• **ಬೆಂಗಳೂರು:** ಕೃಷಿ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದ ಬಳಕೆ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ವಿಸ್ತರಿಸುತ್ತಿರುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ, ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ (AI) ಮತ್ತು ಯಂತ್ರ ಕಲಿಕೆ (Machine Learning) ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಹೊಸ ದಿಕ್ಕು ನೀಡುವ ಮಹತ್ವದ ಹೆಜ್ಜೆಯಿಟ್ಟಿದೆ. ಬೆಂಗಳೂರು ಕೃಷಿ ವಿವಿಯು ಪ್ರಸಕ್ತ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವರ್ಷದಿಂದ ಕೃಷಿ ಬಿಎಸ್‌ಸಿ ಪದವಿ ಮತ್ತು ನಾನಾ ವಿಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ಪದವಿ ಓದುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ (ಎಐ) ನಾನ್ ಗ್ರೇಡಿಯಲ್ ಕಂಪಲ್ಸರಿ ಕೋರ್ಸ್ ಆರಂಭಿಸಿದೆ.

ಕೃಷಿ ವಿವಿಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿರುವ ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸಿ, ಮಷಿನ್ ಲರ್ನಿಂಗ್ ಮತ್ತು ಬಿಗ್ ಡೇಟಾ ಅನಾಲಿಸಿಸ್ ಅನ್ನು ಒಂದು ಭಾಗವಾಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು, ಆರು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಆರ್ಟಿಫಿಷಿಯಲ್ ಇಂಟೆಲಿಜೆನ್ಸಿ, ಮಷಿನ್ ವಿಭಾಗ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದು, ನುರಿತ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರನ್ನು ನಿಯೋಜಿಸುತ್ತಿದೆ. ಜತೆಗೆ, ಪ್ರತಿಷ್ಠಿತ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜುಗಳೊಂದಿಗೆ ಒಡಂಬಡಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದ್ದು, ವರ್ಚುಯಲ್ ತರಗತಿಗಳನ್ನು ನಡೆಸಲು ಈ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕರನ್ನು ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ವಾರಾಂತ್ಯದಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೊಂದಿಗೆ ಸಂವಾದ, ಚರ್ಚಾ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಿಗಾಗಿ ಭೌತಿಕ ತರಗತಿ ನಡೆಸಲಾಗುವುದು. ಈ ಕೋರ್ಸ್‌ಗೆ ಅಂಕಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇದಕ್ಕೆ ಗ್ರೇಡಿಂಗ್ ಇರಲಿದ್ದು, ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಕಲಿಯಬೇಕಾಗಿರುತ್ತೆ.

AI ಚಿತ್ರ



> ಐಕಿವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೈಗೊಂಡಿರುವ ಈ ಉಪಕ್ರಮಗಳು ಕೇವಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಶಿಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗದೇ, ಭವಿಷ್ಯದ ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಕೃಷಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಬಲವಾದ ಅಡಿಪಾಯ ಹಾಕುವ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ ಪರಿಣಮಿಸಿವೆ. ಕೃಷಿ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಒಂದಾಗುವ ಹೊಸ ಯುಗಕ್ಕೆ ಇದು ನಾಂದಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿವೆ.
> ■ ಡಾ.ಮಂಜುನಾಥ್, ಸಹಾಯಕ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಎಐ ಪಾಠ: ಪ್ರಸ್ತುತ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಅಂತಿಮ ವರ್ಷದ ಬಿಎಸ್‌ಸಿ (ಕೃಷಿ) ಹಾಗೂ ಕೃಷಿ ವ್ಯವಹಾರ ನಿರ್ವಹಣೆ (ABM) ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ EAI& 421: ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ ಮತ್ತು ಯಂತ್ರ ಕಲಿಕೆಯ ಅನ್ವಯಿಕೆಗಳು ಎಂಬ ವಿಶೇಷ ಕೋರ್ಸ್‌ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ನಡೆಸಿದೆ. ಈ ಕೋರ್ಸ್‌ಗಳನ್ನು ರೇವಾ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ತಜ್ಞ ಅಧ್ಯಾಪಕರ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಬೋಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅತ್ಯಾಧುನಿಕ ಎಐ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ

ಕೃಷಿ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಗೆ ಉತ್ತೇಜನ ನೀಡುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಜಿಕೆವಿಕೆ ವಿಶೇಷ ಎಐ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಸ್ಥಾಪಿಸಲಾಗಿದ್ದು, ಕಾರ್ಪೊರೇಟ್ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆ (CSR) ನಿಧಿ ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಅನುದಾನಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ ಈ ಯೋಜನೆ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ. ಈ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ, ಡೇಟಾ ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಕೃಷಿ ಮುನ್ಸೂಚನಾ ಮಾದರಿಗಳು, ಸ್ಮಾರ್ಟ್ ಕೃಷಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳ ಕುರಿತು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ತರಬೇತಿ ಪಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ವಿಶೇಷ ಎಐ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಪದವಿ

ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯವು ಮುಂದಿನ 2027-28ನೇ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ವರ್ಷದಿಂದ ಬಿ.ಟೆಕ್ (ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆ) ಎಂಬ ಪದವಿ ಕೋರ್ಸ್ ಆರಂಭಿಸಲು ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಿದೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಡಿಸೆಂಬರ್ ಮಾಹೆಯೊಳಗೆ ಸ್ನಾತಕೋತ್ತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗಾಗಿ CMC- 511: ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬುದ್ಧಿಮತ್ತೆಯ ಅನ್ವಯಿಕೆಗಳು ಎಂಬ ಕೋರ್ಸ್ ಪರಿಚಯಿಸಲಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಕೃಷಿ ಅಂಕಿ ಅಂಶ ಶಾಸ್ತ್ರ, ಅನ್ವಯಿಕ ಗಣಿತ ಮತ್ತು ಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗಗಳ ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಈ ಪಠ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಬೋಧಿಸಲಿದ್ದಾರೆ.

Hosadiganta pg 04

Hosadiganta pg 10

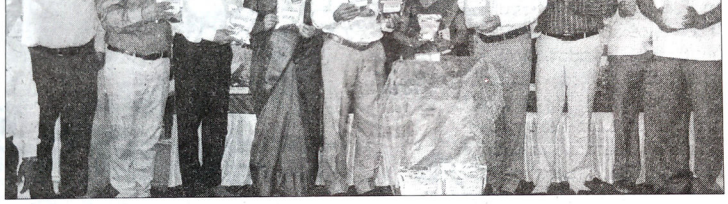
ಮುಂಗಾರು ತಾಂತ್ರಿಕ ಆಂದೋಲನ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಉಳಿಸಿ ಅಭಿಯಾನಕ್ಕೆ ಶಿವಲಿಂಗಯ್ಯ ಚಾಲನೆ

ಮಣ್ಣಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ನಾಳಿನ ಅನ್ನದ ಭದ್ರತೆ

• **ದೊಡ್ಡಬಳ್ಳಾಪುರ:** ಇಂದಿನ ಮಣ್ಣಿನ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ನಾಳಿನ ಅನ್ನದ ಭದ್ರತೆ ಎಂಬ ಸಂದೇಶದೊಂದಿಗೆ ರೈತರಲ್ಲಿ ಮುಂಗಾರು ಹಂಗಾಮಿನ ಸಿದ್ಧತೆ, ಸುಸ್ಥಿರ ಕೃಷಿ ಪದ್ಧತಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಣ್ಣಿನ ಫಲವತ್ತತೆಯ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಕುರಿತು ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ವಿಸ್ತರಣಾ ನಿರ್ದೇಶಕ ವೈ.ಎನ್. ಡಾ.ಶಿವಲಿಂಗಯ್ಯ ಹೇಳಿದರು.

ತಾಲೂಕಿನ ಹಾಡೋನಹಳ್ಳಿಯ ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಆವರಣದಲ್ಲಿ ಮುಂಗಾರಿಗೆ ಕೃಷಿ ಸಿದ್ಧತೆಯನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ರೈತರಲ್ಲಿ ಜಾಗೃತಿ ಮೂಡಿಸುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಅಳವಡಿಕೆ ಸಂಶೋಧನಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಇವರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಮುಂಗಾರು ತಾಂತ್ರಿಕ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಉಳಿಸಿ ಅಭಿಯಾನಕ್ಕೆ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿ ಅವರು ಮಾತನಾಡಿದರು.

ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರದ ಹಿರಿಯ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಡಾ.ಬಿ.ಜಿ.ಹನುಮಂತರಾಯ ಮಾತನಾಡಿ, ಕೃಷಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಿಂದ ಬಿಡುಗೊಡೆಗೊಂಡ ನೂತನ ತಳಿಗಳು ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ರೈತರಿಗೆ ಮತ್ತು ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆಗಳ ವಿಸ್ತರಣಾಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ತಾಂತ್ರಿಕ ಅರಿವು ಮೂಡಿಸುವುದು ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವಾಗಿದೆ. ಪ್ರಸಕ್ತ ಸಾಲಿನಲ್ಲಿ ಭೂ ಮಿತ್ರ ಪರಿಕರಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಕೃಷಿ ಭೂಮಿ ಉಳಿಸಿ ಅಭಿಯಾನವನ್ನು ದೇಶದಾದ್ಯಂತ ಜೂನ್ 1 ರಿಂದ 30 ರವರೆಗೆ ಹಮ್ಮಿಕೊಂಡು, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ತಂಡಗಳು ಪ್ರತಿದಿನ ಎರಡು ಗ್ರಾಮಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ, ರೈತರಿಗೆ ಸಾವಯವ ಗೊಬ್ಬರಗಳ ಬಳಕೆ, ಮಣ್ಣು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ಲೇಷಣೆ, ಮಣ್ಣು ಪರೀಕ್ಷೆ ಆಧಾರಿತ ಸಮತೋಲನ ರಸಗೊಬ್ಬರಗಳ ಬಳಕೆ, ಕೀಟ ಮತ್ತು ರೋಗಗಳ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಪರಿಸರ ಸ್ನೇಹಿ ಜೈವಿಕ ನಿಯಂತ್ರಕಗಳ ಬಳಕೆ, ಸಾವಯವ ಕೃಷಿ ಇತ್ಯಾದಿ ವಿಷಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.



> ಉತ್ತಮ ಬೀಜ ಉತ್ತಮ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತಿದರೆ ಉತ್ತಮ ಇಳುವರಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ. ರಾಗಿ ತಳಿ ಎಂ.ಎಲ್.-322 ತಡವಾದ ಮುಂಗಾರಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದ್ದು, ಸೆಲಕ್ಕೆ ಬೀಳದಿರುವುದರಿಂದ ಅಧಿಕ ಇಳುವರಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಯಾಂತ್ರೀಕೃತ ಕಟಾವಿಗೆ ಸೂಕ್ತವಾಗಿದೆ.
> ■ ಡಾ.ಕೆ.ವಿಶ್ವನಾಥ, ಕೃ.ವಿವಿ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಬೀಜ ಪ್ರಾಯೋಜನೆ, ವಿಶೇಷ ಅಧಿಕಾರಿ

ಆಟಾರಿಯ ಪ್ರಧಾನ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಡಾ.ಚಂದ್ರೇಗೌಡ ಮಾತನಾಡಿ, ಮಣ್ಣಿನ ಫಲವತ್ತತೆ ಕಾಪಾಡಿದರೆ ಮಾತ್ರ ಭವಿಷ್ಯದ ಕೃಷಿ ಸುಸ್ಥಿರವಾಗಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಣ್ಣಿನ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಸಾವಯವ ಮತ್ತು ಜೈವಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳ ಬಳಕೆ, ಬೆಳೆ ಪರಿವರ್ತನೆ, ಅಂತರ ಬೆಳೆಗಳ ಬಳಕೆ ಹಾಗೂ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳ ಸಂರಕ್ಷಣೆ ಇಂದಿನ ಕೃಷಿಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಅ.ಭಾ.ಸು.ಸಂ.ಪ್ರಾ.-ಕೃಷಿ ಹವಾಮಾನದ ಪ್ರಾಧ್ಯಾಪಕ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಡಾ. ಎಂ.ಎನ್.ತಿಮ್ಮೇಗೌಡ ಮಾತನಾಡಿ, ಪ್ರಸ್ತುತ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ವಾಡಿಕೆಗಿಂತ ಶೇ.30ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಳೆಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇದೆ ಎಂದರು.

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಕೃಷಿ ಉಪ ನಿರ್ದೇಶಕ ಎಚ್.ಪಂಕಜಾ, ಹಿರಿಯ ಸಹಾಯಕ ತೋಟಗಾರಿಕೆ ನಿರ್ದೇಶಕ ಶಶಿಕಲಾ, ಡಾ. ಸದಾಶಿವ, ಮುಖ್ಯ ಪಶುವೈದ್ಯಾಧಿಕಾರಿ ಡಾ.ಸದಾಶಿವ, ಸಹಾಯಕ ನಿರ್ದೇಶಕ ತಿಲಕ್ ಹೆಗ್ಡೆ, ಗ್ರಾಪಂ ಮಾಜಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಎಚ್.ಎ. ನಾಗರಾಜು, ಎನ್‌ಬಿಎಐಆರ್ ಪ್ರಧಾನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾದ ಡಾ.ಗುಂಡಪ್ಪ, ಡಾ.ದಾಸ್, ಡಾ.ಮಾರಪ್ಪ ಎನ್, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಾದ ಡಾ. ಸೋಮಶೇಖರ್, ಡಾ.ಆನಂದ್. ಎಸ್.ಆರ್, ಡಿ.ವಿ.ನಾಯಕ್, ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮತ್ತು ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದರು.

ನೂತನ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ

ಕಾರ್ಯಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆಗಳಾದ ಕೃಷಿ, ತೋಟಗಾರಿಕೆ, ರೇಷ್ಮೆ, ಮೀನುಗಾರಿಕೆ, ಪಶುಪಾಲನಾ ಮತ್ತು ಪಶುವೈದ್ಯ ಇಲಾಖೆ, ಮಹಿಳಾ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಇಲಾಖೆ, ಕಳೆ ನಿರ್ವಹಣೆ ವಿಭಾಗ, ಸಿರಿಧಾನ್ಯಗಳ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಕೇಂದ್ರ, ಕೊಯ್ಲೋತ್ತರ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಮತ್ತು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗ, ಬೀಜ ಬೆಳೆಗಳು, ಮಂತರ್ಡೀ ಸಂಸ್ಥೆ, ಮೈತ್ರಿ ಸರ್ವ ಸೇವ ಸಂಸ್ಥೆ, ಏಆರ್‌ಐಡಿಎಸ್ ಸಂಸ್ಥೆ, ಇಫ್ಕೋ, ಪ್ಯಾರಾದೀಪ್, ವೆಲ್ ಆಗ್ರೋ, ಬೇಯರ್, ಮಲ್ಟಿಪೆಕ್ಸ್ ಡ್ರೋನ್, ಆಗ್ ವೈಸ್, ನೇಚಾಫಿಂ, ಫೈಲೋ, ರೆಡ್‌ವಿಂಗ್, ಯು.ಎನ್.ಜಿ. ಆಗ್ರೋ, ಇನ್‌ಟಾಸ್, ರತನ್ ಲೋ ಟನಲ್ ಫಾರ್ಮಿಂಗ್, ಜೀವಾಮೃತ ಘಟಕ, ಕೃಷಿ ಹೃದಯ ಮತ್ತು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಪ್ರಗತಿಪರ ರೈತರಾದ ನವನೀತ, ಸಂತೋಷ್, ರಾಜು, ಕಂಪೇಗೌಡ, ಕಿರಣ್, ಚಂದ್ರಶೇಖರ್, ಪದ್ಮಿನಿ ಗೌಡ ಭಾಗವಹಿಸಿ, ವಸ್ತುಪ್ರದರ್ಶನ ಏರ್ಪಡಿಸಿ ನೂತನ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಸಿಕೊಟ್ಟರು. ರೈತ ಆತ್ಮಶಕ್ತಿ ನಾರಾಯಣ ಜಾನುವಾರುಗಳ ದೇಸಿ ತಳಿ ಹಳ್ಳಿಕಾರ್ ಎತ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಿದ

ಕೃಷಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿ ವಿಕೋಪ ಅಡ್ಡಿ ಆಗದಂತೆ ನಿಗಾ ವಹಿಸಿ
ಡ್ರೋನ್, ಎಐ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ತಲುಪಿಸಿ: ಸಿಎಂ ಡಿಕೆಶಿ ಸೂಚನೆ

ಬರ ಎದುರಿಸಲು ಸಜ್ಜಾಗಿ



• **ಬೆಂಗಳೂರು:** ಬಿತ್ತನೆ ಬೀಜ, ರಸಗೊಬ್ಬರ ಸಮರ್ಪಕ ಪೂರೈಕೆ ಖಾತರಿಗೆ ಸಿಎಂ ಡಿ.ಕೆ. ಶಿವಕುಮಾರ್ ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದ್ದು, ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ಬರ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಎದುರಿಸಲು ತುರ್ತು ಕ್ರಮಗಳ ಪೂರ್ವ ಸಿದ್ಧತೆ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಡ್ರೋನ್, ಎಐ ಮತ್ತಿತರ ಆಧುನಿಕ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ರೈತರಿಗೆ ತಲುಪಿಸುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿ ಎಂದಿದ್ದಾರೆ.

ವಿಧಾನಸೌಧದಲ್ಲಿ ಸೋಮವಾರ ಕೃಷಿ, ರೇಷ್ಮೆ, ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಹಾಗೂ ಮೀನುಗಾರಿಕೆ ಸಹಕಾರ ಮತ್ತು ಕೃಷಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆ ಇಲಾಖೆ ಪ್ರಗತಿ ಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸಿದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು, ಪ್ರಕೃತಿವೈಪರೀತ್ಯಗಳಿಂದ ರೈತರ ಕೃಷಿ ಚಟುವಟಿಕೆಗೆ ತೊಂದರೆ ಆಗಬಾರದು. ಕ್ರಿಮಿನಾಶಕ ಮತ್ತಿತರ ಔಷಧ ಸಿಂಪರಣೆ ಸಲಕರಣೆಗಳ ನೆರವನ್ನು ರೈತರಿಗೆ ಒದಗಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಸೂಚನೆ ನೀಡಿದರು.

ಅಧ್ಯಯನ ವರದಿ ನೀಡಿ: ರೈತರ ಆದಾಯ ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಈಗಾಗಲೇ ಸೂಚಿಸಿರುವ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಜಾರಿ ಮಾಡಬೇಕಿದ್ದು, ಕೃಷಿ ಇಲಾಖೆ ಅಧೀನದಲ್ಲಿರುವ ಐದು ನಿಗಮ ಮತ್ತು ಮಂಡಳಿಗಳ ಸ್ಥಿತಿಗತಿಯ ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿ ವರದಿ ನೀಡಿ. ರೈತರಿಗೆ ನೀಡಬೇಕಾದ ಪೂರಕ ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ವರದಿಯಲ್ಲಿ ಉಲ್ಲೇಖಿಸಿ ಎಂದು ಸೂಚಿಸಿದ್ದು, ಕೃಷಿ ಹೊಂಡಗಳಿಗೆ ಬಿದ್ದು ಸಾವನ್ನಪ್ಪುವ ಘಟನೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ, ಹೊಂಡಗಳಿಗೆ ಬೇಲಿ ನಿರ್ಮಿಸಲು ಅಗತ್ಯ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಹಣಕಾಸಿನ ನೆರವು ಸಂಬಂಧ ಅಗತ್ಯ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದರು.

ಖಾಲಿ ಹುದ್ದೆ ಭರ್ತಿಗೆ ಕ್ರಮ: ಇತರೆ ರಾಜ್ಯಗಳಲ್ಲಿರುವ ಮಾದರಿ ಯೋಜನೆ, ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ರಾಜ್ಯದ ಕೃಷಿ ಸಂಸ್ಕೃತಿ ಮತ್ತು ಬೆಳೆ ಮಾದರಿಗಳಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಕಾರ್ಯರೂಪಕ್ಕೆ ತರಬೇಕು.

ರೈತರಿಗೆ ಸಬ್ಸಿಡಿ ದರದಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಸವಲತ್ತುಗಳು ಎಷ್ಟು ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿ ಯಾಗಿವೆ ಎನ್ನುವ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಶೀಲನೆ ನಡೆಸಿ. ಸಬ್ಸಿಡಿ ನೀಡಿರುವ ಉದ್ದೇಶ ಜಾರಿ ಆಗುತ್ತಿದೆಯೇ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ವರದಿ ನೀಡಿ.
■ **ಡಿ.ಕೆ. ಶಿವಕುಮಾರ್,** ಸಿಎಂ

ಮಾವು ಬೆಳೆಗಾರರಿಗೆ ನಷ್ಟ ಪರಿಹಾರ

ಈ ವರ್ಷ 1,068 ಕೋಟಿ ರೂ. ಮೌಲ್ಯದ ಮಾವು ಬೆಳೆ ನಾಶ ಆಗಿದ್ದು, ಈ ಪೈಕಿ ಶೇ.25 ರಷ್ಟು ಅಂದರೆ 229 ಕೋಟಿ ರೂ. ಪರಿಹಾರ ಕೊಡಬೇಕಿದೆ. ಕರ್ನಾಟಕ ಸರಕಾರ 114 ಕೋಟಿ ಹಾಗೂ ಕೇಂದ್ರ ಸರಕಾರ 115 ಕೋಟಿ ನಷ್ಟ ಪರಿಹಾರ ಭರಿಸಬೇಕಿದೆ. ಕಾನೂನು ಪ್ರಕಾರ ಮಾವು ಬೆಳೆಗಾರರಿಗೆ ನಷ್ಟ ಪರಿಹಾರ ಸಿಗುವಂತೆ ಗಮನ ಹರಿಸಿ ಎಂದು ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಿದರು.

ರಫ್ತು ಉತ್ತೇಜಿಸಿ

ಕೆಪೆಕ್ ಮೂಲಕ ರಫ್ತು ಎಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ರಫ್ತು ಉತ್ತೇಜಿಸಲು ಏನೇನು ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿದ್ದೀರಿ ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ ಸಿಎಂ, ರಫ್ತು ಉತ್ತೇಜನಕ್ಕೆ ಯೋಜನೆ ರೂಪಿಸಲು ಆರ್ಥಿಕ ಸಲಹೆಗಾರ ಎಲ್. ಕೆ .ಅತೀಕ್, ಎಸಿಎಸ್ ತುಷಾರ ಗಿರಿನಾಥ್‌ರಿಗೆ ಸೂಚಿದರು.

ಬಡ್ಡಿರಹಿತ ಸಾಲ ದುರ್ಬಳಕೆಗೆ ಬ್ರೇಕ್

ಸಹಕಾರ ಇಲಾಖೆ ಅಡಿಯಲ್ಲಿ ಯಾವ್ಯಾವ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಚುನಾವಣೆ ಆಗಬೇಕಿದೆಯೋ ಎಲ್ಲದಕ್ಕೂ ಚುನಾವಣೆ ನಡೆಸಬೇಕಿದೆ.

ಕಾಸ್ಕಾರ್ಡ್ ಬ್ಯಾಂಕ್‌ಗಳು ಕೊಡುವ ಬಡ್ಡಿರಹಿತ ಸಾಲದ ಸೌಲಭ್ಯ ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಗೆ ತಲುಪುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬ್ಯಾಂಕ್‌ನವರೇ ತಮಗೆ ಬೇಕಾದವರ ಹೆಸರಲ್ಲಿ ಸಾಲ ಪಡೆಯುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರೈತರಿಗೆ ವಂಚನೆ ಆಗಲು ಬಿಡಬಾರದು. 5 ಲಕ್ಷದವರೆಗೂ ಬಡ್ಡಿರಹಿತ ಸಾಲ ಸೌಲಭ್ಯ ದುರುಪಯೋಗ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ರೈತರು ನನ್ನ ಬಳಿ ಬಂದು ದೂರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ಬ್ರೇಕ್ ಹಾಕಬೇಕೆಂದು ಆದೇಶ ನೀಡಿದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿಗಳು, ಅಗತ್ಯ ಇರುವ ಫಲಾನುಭವಿಗಳಿಗೆ ಸಾಲ ಸವಲತ್ತು ತಲುಪುವಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಿ ಎಂದರು.

Hosadiganta pg 01



Ind Exp Pg 11

ಈ ವರ್ಷ ಎಲೆಕೋಸಿನ ಆರೋಗ್ಯಪರ್ವ



ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರದ ಅಯ್ಕೆಯಾಗಿ ಈಗ ಎಲೆಕೋಸು ಸೆಳೆದಿದ್ದು, ಈ ವರ್ಷದ ಸೂಪರ್ ಫುಡ್ ಆಗಿ ಇದು ಗುರುತಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ.

ಲವಲವಿಕ ಸುದ್ದಿಲೋಕ
feedbacklvk@vijaykarnataka.com

ವರ್ಷದ ಎಲ್ಲಾ ಕಾಲದಲ್ಲೂ ಸಿಗುವ ಎಲೆಕೋಸು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅಡುಗೆಮನೆಯ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿತ ತರಕಾರಿ. ಆದರೆ 2026ರಲ್ಲಿ ಜಾಗತಿಕ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ ಲೆಕ್ಕಾಚಾರದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಅಡುಗೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲೆಕೋಸು ಸೂಪರ್‌ಫುಡ್ ಆಗಿ ಮುಂಚೂಣಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಈ ಮೂಲಕ ಈಗ ಇದು ಕೇವಲ ಸೈಡ್ ಡಿಶ್ ಆಗಿ ಉಳಿದಿಲ್ಲ, ಬದಲಿಗೆ ತಟ್ಟೆಯ ಮುಖ್ಯ ಆಕರ್ಷಣೆಯಾಗಿ ಬದಲಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಎಲೆಕೋಸು ತನ್ನ ರುಚಿ, ಬಣ್ಣ ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಬಾಳಿಕೆ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಯೋಜನದೊಂದಿಗೆ ಸೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇತರ ಹಸಿರು ಸೊಪ್ಪುಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದರೆ ಇದು ದಟ್ಟವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ದೀರ್ಘಕಾಲದವರೆಗೆ ಕೆಡದಂತೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಬೇಯಿಸಿದರೂ, ಹುರಿದರೂ ತನ್ನ ಗುಣವನ್ನು ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಅಡುಗೆಗಳಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಒಗ್ಗಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎಂಬುದು ಇದರ ಪ್ಲಸ್ ಪಾಯಿಂಟ್.

ಎಲೆಕೋಸು ಕಡಿಮೆ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಮತ್ತು ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ತರಕಾರಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ, ವಿಟಮಿನ್ ಎ, ವಿಟಮಿನ್ ಕೆ, ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಂ, ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ, ಮ್ಯಾಂಗನೀಸ್ ಮತ್ತು ಮ್ಯಾಗ್ನೀಸಿಯಂ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿರುವ ನಾರಿನಂಶ ಜೀರ್ಣಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಉತ್ತಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ. ಎಲೆಕೋಸಿನ ಖಾದ್ಯಗಳು ಕರುಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾವನ್ನು ನೀಡುತ್ತವೆ. ಇದರಲ್ಲಿರುವ ಪೊಟ್ಯಾಸಿಯಂ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಮತ್ತು ಕೊಲೆಸ್ಟ್ರಾಲ್ ಮಟ್ಟವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಮತ್ತು ಮೂಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವ ವಿಟಮಿನ್ ಕೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಸಮೃದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಮತ್ತು ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್ ಕಡಿಮೆ ಇದ್ದು, ನಾರಿನಂಶ ಹೆಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ರಕ್ತದಲ್ಲಿನ ಗ್ಲೂಕೋಸ್ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವಿಟಮಿನ್ ಸಿ ಮತ್ತು ಸಲ್ಫರ್ ಸಂಯುಕ್ತಗಳು ದೇಹದ ರೋಗನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತವೆ. ಕೆಂಪು ಎಲೆಕೋಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಉತ್ಕರ್ಷಣ ನಿರೋಧಕಗಳು ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಹೃದಯದ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಸುಧಾರಿಸುತ್ತವೆ. ಇದರಲ್ಲಿರುವ ಗ್ಲುಕೋಸಿನೊಲೇಟ್ಸ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಅಪಾಯವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ಅಧ್ಯಯನಗಳು ತೋರಿಸಿವೆ.

ತೂಕ ಇಳಿಸಬಯಸುವವರಿಗೆ ಎಲೆಕೋಸಿನ ಸಲಾಡ್, ಜ್ಯೂಸ್ ಸೂಕ್ತ. ಎಲೆಕೋಸು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದರೂ, ಕೆಲವು ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಇದರ ಮೇಲಿನ ಅವಲಂಬನೆ ಸೂಕ್ತವಲ್ಲ. ಹೀಗಾಗಿ ಈ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶೇಷ ಗಮನ ಹರಿಸಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆರೋಗ್ಯ ತಜ್ಞರು. ■

ಒಂದು ಕಪ್ ಹಸಿ ಎಲೆಕೋಸು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಪೌಷ್ಟಿಕಾಂಶ



- ಕ್ಯಾಲೊರಿ: 22
- ಕೊಬ್ಬು: 0.1 ಗ್ರಾಂ
- ಕಾರ್ಬೋಹೈಡ್ರೇಟ್ಸ್: 5.2 ಗ್ರಾಂ
- ನಾರು: 2.2 ಗ್ರಾಂ
- ಸೋಡಿಯಂ: 16 ಮಿಲಿಗ್ರಾಂ
- ಪ್ರೊಟೀನ್: 1.1 ಗ್ರಾಂ

V-karnataka pg 09