



केन्द्रीय उपोष्ण बागवानी संस्थान

रहमानखेड़ा, पो. काकोरी, लखनऊ-227 107 उ.प्र.(भारत)
Central Institute for Subtropical Horticulture
Rehmankhhera, PO Kakori, Lucknow-227 107 U.P. (India).



कच्चे आम का पना

- इस जूस को परामपरागत तरीके घर में ही तैयार किया जा सकता है तथा इसका भंडारण भी सामान्य तापक्रम पर किया जा सकता है।
- हरे रंग के एक किलों के सख्त आम को पानी में उबालकर इसके गूदे को एक लीटर पानी में मिलाने से जूस तैयार कर सकते हैं।
- इसमें मिश्रित किये जाने वाले अन्य अव्यव—120 ग्राम नमक, 80 ग्राम काला नमक, 40 ग्राम भुनें हुए जीरे का पाउडर, 200 ग्राम ताजे पुदीने के पत्तें तथा 65 ग्राम साइट्रिक एसिड इस मिश्रण को ताजा ही ग्रहण करना चाहिए।
- ज्यादा समय तक सुरक्षित रखने की अवस्था में 1 ग्राम सोडियम बेन्जोएट को थोड़े पानी में मिलाना चाहिये।
- मीठा शरबत को बनाने के लिए 450 ग्राम चीनी को 1.8 लीटर पानी में मिलाये।
- गर्म तथा ठंडे पानी के मिश्रण वाला 2 किलो का घोल तैयार करें।
- शरबत को साफ तथा जीवाणुहीन शीशे/प्लास्टिक के बोतल में भरकर सील करें। उस उत्पाद की भंडारण क्षमता लगभग 9 महीने की होती है।
- इस उत्पाद के 1 भाग हिस्से में 7 गुना पानी मिलाकर सेवन करना चाहिये।



Phone :0522-2841022, 2841023, 2841024 Fax :0522-2841025
website:www.cishlko.org; E-mail:director@cish.ernet.in