एग्री मैगज़ीन
(कृषि लेखों के लिए अंतरराष्ट्रीय ई-पत्रिका)
वर्ष: 02, अंक: 09 (सितम्बर, 2025)
www.agrimagazine.in पर ऑनलाइन उपलब्ध
© एग्री मैगज़ीन, आई. एस. एस. एन.: 3048-8656

सर्दियों के मौसम में किसान कैसे करें हरे पत्तेदार सब्ज़ियों की खेती

*सिमरन चौधरी एवं ईशा वर्मा
पीएचडी शोधार्थी, सब्जी विज्ञान, जवाहरलाल नेहरू कृषि विश्वविद्यालय, जबलपुर, मध्य प्रदेश, भारत
*संवादी लेखक का ईमेल पता: simranghoslya@gmail.com

भारत में सर्दियों का मौसम हरे पत्तेदार सब्ज़ियों की खेती के लिए अनुकूल माना जाता है। इस मौसम में तापमान कम होने के कारण पत्तेदार सब्ज़ियाँ जैसे– पालक, मेथी, धनिया, सरसों, बथुआ, चुकंदर की पत्तियाँ, लहसुन की पत्तियाँ आदि अच्छी तरह बढ़ती हैं और पोषक तत्वों से भरपूर रहती हैं। किसान सही तकनीक अपनाकर अधिक उत्पादन प्राप्त कर सकते हैं।

भूमि का चयन एवं तैयारी

- हल्की दोमट और जल निकास वाली भूमि पत्तेदार सब्ज़ियों के लिए उत्तम होती है।
- खेत की गहरी जुताई कर पाटा चलाकर मिट्टी को भुरभुरी बना लें।
- गोबर की अच्छी सड़ी हुई खाद (20-25 टन प्रति हेक्टेयर) खेत में डालकर मिट्टी की उर्वरता बढ़ाएँ।

बीज चयन एवं बुवाई

- पालक: अक्टूबर से फरवरी तक बो सकते हैं, बीज दर 25-30 किग्रा/हेक्टेयर।
- मेथी: अक्टूबर-नवंबर उचित समय है, बीज दर 20-25 किग्रा/हेक्टेयर।
- धनिया: अक्टूबर-नवंबर में बुवाई करें, बीज दर 12-15 किग्रा/हेक्टेयर।
- सरसों साग एवं बथुआ: नवंबर-दिसंबर में बोना लाभकारी।
- बीज बुवाई से पहले उन्हें 8-10 घंटे पानी में भिगोने से अंकुरण अच्छा होता है।

उर्वरक एवं पोषण प्रबंधन

- भूमि तैयार करते समय 60-70 किग्रा नत्रजन, 40 किग्रा फास्फोरस एवं 40 किग्रा पोटाश प्रति हेक्टेयर दें।
- पत्तेदार फसलों को हरा-भरा बनाए रखने के लिए यूरिया की टॉप ड्रेसिंग 25-30 दिन के अंतराल पर करें।
- जैविक खेती के लिए वर्मी कम्पोस्ट व जीवामृत का प्रयोग करें।

सिंचाई प्रबंधन

- बीज अंकुरण के लिए हल्की सिंचाई करें।
- ठंड में आवश्यकता अनुसार 10-12 दिन के अंतराल पर सिंचाई पर्याप्त है।
- अधिक पानी खेत में न भरें वरना पत्तियाँ पीली पड़ सकती हैं।

खरपतवार एवं कीट प्रबंधन

- खरपतवार नियंत्रण के लिए समय-समय पर हाथ से निराई-गुड़ाई करें।
- एफिड्स (चूसक कीट) और थ्रिप्स नियंत्रण हेतु नीम तेल का छिड़काव करें।
- रासायनिक दवाओं का प्रयोग पत्तेदार सब्ज़ियों में कम से कम करना चाहिए क्योंकि पत्तियाँ सीधे उपभोग की जाती हैं।

फसल कटाई

- पालक और मेथी: बुवाई के 25-30 दिन बाद पत्तियाँ तोड़ी जा सकती हैं।
- धनिया पत्ती: 35-40 दिन बाद कटाई योग्य।
- सरसों साग व बथुआ: 30-40 दिन बाद पत्तियाँ तुड़ाई योग्य।
- एक ही फसल से 2-3 बार तुड़ाई संभव है।

विपणन एवं लाभ

- पत्तेदार सब्ज़ियाँ रोज़ाना उपभोग में उपयोग होती हैं इसलिए बाजार में इनकी मांग अधिक रहती है।
- पास के स्थानीय मंडियों और सब्ज़ी बाजारों में ताजा हरे पत्तों की अच्छी कीमत मिलती है।
- जैविक तरीके से उगाई गई सब्ज़ियाँ और भी ऊँचे दामों पर बिकती हैं।

निष्कर्ष

सर्दियों के मौसम में पत्तेदार सब्ज़ियाँ कम लागत और जल्दी तैयार होने वाली फसलें हैं। किसान यदि समय पर बुवाई, उचित खाद-पानी प्रबंधन और जैविक उपायों का उपयोग करें, तो कम क्षेत्र में भी अधिक लाभ प्राप्त कर सकते हैं। साथ ही उपभोक्ताओं को ताज़ी और पोषक हरी सब्ज़ियाँ उपलब्ध हो सकेंगी।