

## पोस्ट-हार्वेस्ट तकनीक अपनाएँ, मूंग की कीमत और पोषण बढ़ाएँ

\*अजय कुमार गुप्ता, मोहन सिंह, महेंद्र डहेरिया, खुशी चौकसे, कृति त्रिपाठी, पूर्णिमा नरवरिया एवं आलोक मिश्रा  
कृषि अभियांत्रिकी महाविद्यालय, जवाहरलाल नेहरू कृषि विश्वविद्यालय (जेएनकेवीवी), जबलपुर, मध्य प्रदेश, भारत  
\*संवादी लेखक का ईमेल पता: [drakg@jnkvv.org](mailto:drakg@jnkvv.org)

**मूंग** दाल को आमतौर पर “ग्रीन ग्राम” कहा जाता है। भारत में इसकी खेती प्रमुख रूप से की जाती है। मूंग एक ऐसा दलहन फसल है जिसकी खेती एशिया के कई देशों में भी की जाती है, जैसे—भारत, पाकिस्तान, बांग्लादेश, श्रीलंका, थाईलैंड, दक्षिण चीन तथा दक्षिण-पूर्व एशिया के अन्य देश। मूंग एक वार्षिक पौधा है जो फैबेसी (Fabaceae) परिवार से संबंधित है। यह पौधा पोषण गुणों से भरपूर होता है। इसके बीजों में 24% प्रोटीन, विटामिन, खनिज एवं आवश्यक पोषक तत्व पाए जाते हैं। यह मानव आहार के लिए अत्यंत उपयोगी है तथा स्वास्थ्य के लिए भी लाभकारी है। मूंग के दानों का उपयोग अंकुरित रूप में भी किया जाता है, जिसमें पोषक तत्व अधिक मात्रा में पाए जाते हैं। मूंग का उपयोग हम नमकीन जैसे कई खाद्य-पदार्थ बनाने में कर सकते हैं। इससे मूंग का मूल्य बढ़ जाता है और किसानों की आर्थिक स्थिति बेहतर हो सकती है।

### मूंग की कटाई के बाद प्रसंस्करण के लाभ

1. कटाई के बाद होने वाले नुकसान को कम करता है—सही तरीके से सुखाना, सफाई करना और भंडारण करने से कीड़ों, नमी और फफूंद से होने वाले नुकसान को रोका जा सकता है।
2. दानों की गुणवत्ता में सुधार करता है—छंटाई और ग्रेडिंग से दानों का आकार, रंग और साफ-सफाई समान रहती है, जिससे बाजार में इसकी कीमत बेहतर मिलती है।
3. शेल्फ लाइफ बढ़ाता है—नमी कम करने से खराब होने की संभावना घटती है, जिससे मूंग लंबे समय तक सुरक्षित रहती है।
4. बाजार मूल्य बढ़ाता है—अच्छी तरह प्रसंस्कृत मूंग की गुणवत्ता बेहतर होती है, इसलिए बाजार में अधिक कीमत मिलती है।
5. खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करता है—सफाई करने से धूल, कंकड़, कच्चे दाने और अन्य अशुद्धियाँ हट जाती हैं, जिससे उपभोक्ता के लिए मूंग सुरक्षित बनती है।
6. प्रसंस्करण को आसान बनाता है—सही तरीके से सुखाई और साफ की गई मूंग को मिलिंग, दाल बनाने तथा पैकेजिंग में आसानी होती है।
7. कीट संक्रमण कम करता है—वैज्ञानिक तरीके से भंडारण करने से कीटों और फफूंद का प्रकोप काफी कम हो जाता है।
8. मूल्य-वर्धन (Value Addition) को बढ़ावा देता है—पोस्ट-हार्वेस्ट प्रसंस्करण से दाल, फाड़ी हुई मूंग, बेसन, अंकुरित दाने आदि मूल्य-वर्धित उत्पाद बनाए जा सकते हैं, जिससे अधिक आय मिलती है।

### मूल्य संवर्द्धित उत्पाद का निर्माण

1. मूंग की सफाई- धूल, पत्थर, कच्चे दाने और पौधों के अवशेष हटाए जाते हैं। इससे केवल साफ और अच्छे दाने उपयोग में आते हैं।
2. भिगोना- पूरी मूंग को साफ पानी में 3–4 घंटे तक भिगोया जाता है। इससे दाना नरम होता है और छिलका ढीला पड़ जाता है।
3. छिलका हटाना (Dehulling)- भिगोने के बाद हाथ से रगड़कर या मशीन द्वारा छिलका हटाया जाता है। हरा छिलका अलग हो जाता है और पीली मूंग दाल प्राप्त होती है।
4. दाल को दो फाड़ करना (Splitting)- मूंग दो हिस्सों में टूटकर दाल बन जाती है। छिलका हटाने के बाद दाल को धोकर पानी निकाल दिया जाता है।



5. सुखाना- मूंग दाल को पतली परत में फैलाकर धूप में या ड्रायर में सुखाया जाता है। तब तक सुखाया जाता है जब तक नमी बहुत कम न हो जाए, ताकि तलते समय दाल कुरकुरी बने।
6. तलना- तेल को 160–170°C तक गर्म किया जाता है। सूखी मूंग दाल को सुनहरी और कुरकुरी होने तक तला जाता है।
7. अतिरिक्त तेल निकालना- तली हुई दाल को छन्नी या पेपर से तेल निकालने के लिए रखा जाता है।
8. मसाला मिलाना (Seasoning)- गर्म दाल में नमक, काला नमक, चाट मसाला, लाल मिर्च पाउडर या मनचाहा मसाला मिलाया जाता है।
9. ठंडा करना- मसाला मिली दाल को पूरी तरह ठंडा होने दिया जाता है ताकि उसकी कुरकुराहट बनी रहे।
10. पैकेजिंग- नमकीन को एयरटाइट पैकेटों में पैक किया जाता है। नमी-रोधी पैकेजिंग से उसकी शेल्फ लाइफ बढ़ती है।



### निष्कर्ष

मूंग की कटाई के बाद किया जाने वाला प्रसंस्करण (पोस्ट-हार्वेस्टिंग) दानों की गुणवत्ता बनाए रखने, नुकसान कम करने और सुरक्षित भंडारण सुनिश्चित करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। सफाई, सुखाने, ग्रेडिंग और भंडारण जैसे चरण मूंग के पोषक तत्वों को सुरक्षित रखते हैं और उसकी बाज़ार में बिकने की क्षमता को बढ़ाते हैं। कटाई के बाद प्राप्त दानों को आगे प्रसंस्करण करके मूंग दाल नमकीन जैसे मूल्य-वर्धित उत्पादों में परिवर्तित किया जा सकता है, जिससे अतिरिक्त आर्थिक लाभ मिलता है। मूंग दाल नमकीन तैयार करने की प्रक्रिया—सफाई, भिगोना, छिलका हटाना, दाल को फाड़ना, सुखाना, तलना और मसाला मिलाना—कच्ची मूंग को उच्च गुणवत्ता वाले, पौष्टिक और व्यावसायिक रूप से लाभदायक स्नैक में बदल देती है। इस प्रकार, वैज्ञानिक पोस्ट-हार्वेस्ट प्रबंधन और मूल्य-वर्धन न केवल उपभोक्ताओं को सुरक्षित और स्वादिष्ट उत्पाद प्रदान करता है, बल्कि किसानों और प्रसंस्करणकर्ताओं की आय में भी वृद्धि करता है।