ဆေးဖက်ဝင်ဂျင်ဂျာ
ပန်းအလှဂျင်ဂျာ

ဒုတိယအကြိမ်

မင်းဝင်းထိန်(B.Ag)

ရည်ရွယ်ချက်

"Amazing Thai Curcuma" စာအုပ်ကို စာရေးသူ ဖတ်ရှုလိုက်ရပါသည် ။ ယေဘုယျအားဖြင့် မျိုးစု Curcuma တွင် ပါဝင်သော နနွင်းကို ဟင်းခတ်နှင့် ဆေးဖက်ဝင်အနေဖြင့် အသုံးပြုကြပြီး တောထဲမှာ အလေ့ကျပေါက်သော မာလာဖူးကို ငါးပိရည်ဖြင့် တို့ မြုပ်စားစရာအနေ ဖြင့်သာ ရှုမြင်ကြပါမည်။ နနွင်းအုပ်စုမှာ အင်ဒိုချိုင်းနားဒေသဖြစ်သော မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ လာအို၊ ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံ၏ မူရင်းပေါက်ပင်များ ဖြစ်ကြသော်လည်း ထိုင်းနိုင်ငံ၏ နနွင်းအုပ်စုထဲမှ နယ်သာလန်၊ USA ၊ ဂျပန်သို့ တင်ပို့ပြီး နိုင်ငံခြားဝင်ငွေ မြောက်မြားစွာ ရရှိနေသည့် "Siam Tulip" စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ် တင်ပို့မှုမှာ အလွန်ပင် ထူးခြားနေပါသည် ။

တောထဲမှာ အလေ့ကျပေါက်သော မာလာဖူး (သို့မဟုတ်) လူတို့ နေ့စဉ်စားသုံးနေသော နနွင်းပင်ကို စိုက်ပျိုးရာမှာ အလွန်ပင် လွယ်ကူလှပါသည် ဟု ဆိုသော်လည်း တစ်နိုင်ငံနှင့် တစ်နိုင်ငံ "Quarantine Law" "ကူးစက်ရောဂါ ပါရှိနိုင်မှုဥပဒေ" အရ နိုင်ငံခြားပို့ကုန်အဖြစ် စိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်ရာမှာ တော့ ပိုးမွှားရောဂါ လုံးဝကင်းစင်သော ပန်းပွင့်များ နှင့် ကျူဗာမျိုးဥများကို ခက်ခဲစွာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ် တင်ပို့ရောင်းချရပုံများကို မိမိတို့ စိုက်ပျိုးသူများ အနေဖြင့် ပြည်ပပို့ကုန် ဥပမာ- ပန်းထိမ်ငိုပန်းကဲ့သို့ ဖြတ်ပန်းများကို နိုင်ငံခြားဈေးကွက်သို့ တင်ပို့နေသည့်အတွက် နည်းလမ်းများ စွာ ပိုမိုသိရှိစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည် ။

မိမိတို့ နိုင်ငံတွင် သက်ရှိဇီဝတို့ ၏ ဗီဇမျိုးပုံ့နှံ့မှု “Genetic diversity” ကလည်း အခြားနိုင်ငံများ ထက်ပင် ပိုမိုပေါကြွယ်လှပါသည် ။ တောပန်းတောင်ပန်းအဆင့်မှ နိုင်ငံခြား စျေးကွက်ဝင်လာသော ဂျင်ဂျာ မျိုးရင်းပင်၏ အရေးပါပုံများကို ရေးသားပြုစုခြင်းအားဖြင့် ဗီဇမျိုးဖော် ထုတ်ရာတွင် စာရေးသူတို့ စိုက်ပျိုးရေးသမားများ ထက် ပိုမိုကျွမ်းကျင် သော ရုက္ခဗေဒ ပညာရှင်များက ပိုမိုသော စိတ်ဝင်စားမှုကို ရရှိကာ ဗီဇ မျိုးကွဲများ ဖော်ထုတ်မှု၊ မျိုးစပ်ယူမှုများ အပြင် ထပ်ဆင့်၍ စိုက်ပျိုးသူများ သို့ နိုင်ငံခြား စျေးကွက်ဝင်အပင်များကို ဖြန့်ဖြူးလာနိုင်ကြစေရန် ရည်ရွယ်ပါသည် ။

၎င်းအပြင် မိမိတို့ နှင့် ရာသက်ပန် လက်ပွန်းတတီးရှိနေရမည့် ဟင်း ခတ်နှင့် ဆေးဖက်ဝင် ချင်း၊ နနွင်းအပြင် ပန်းမန်အဖြစ် စျေးကွက်ဝင် ပန်းထိမ်ငိုအစရှိသည့် ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းဝင် အပင်များ နှင့် ပတ်သက်သော အကျိုးပြုမှုများကို ဖော်ထုတ်ရေးသားခြင်းဖြင့် အသုံးပြုသူများ အဖို့ ပိုမို သိရှိလာစေပြီး နည်းလမ်းများ စွာ အသုံးချနိုင်ကြလိမ့်မည်ဟု မျှော်လင့် ပါသည် ။

*

ကျေးဇူးတင်ပါသည် ။

မိမိအား “Amaizing Thai Curcuma” စာအုပ်ကို ဖတ်ရှုကြည့်ရန်ပေးပြီး စာအုပ်အဖြစ် ရေးသားထုတ်ဝေရန်တိုက်တွန်းသော ကျောင်းနေဖက်သူငယ်ချင်း ဦးမြင့်ရွှေ (မြန်မာ့ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း) နှင့် အင်တာနက်တွင် ရှာဖွေစုဆောင်းရနိုင်သမျှ သတင်းအချက်အလက်များ အပြင် စာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရန် အစမှ အဆုံး တာဝန်ယူပေးသော မိမိ၏ သားဖြစ်သူ မင်းဇင်ဗိုလ်ဝင်း (B.C.Sc) အား ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါသည် ။

ကျေးဇူးရှိကြကုန်သော မိဘဆရာသမားများအားလုံးကို အထူးဂါရဝပြု ကန်တော့အပ်ပါသည် ။

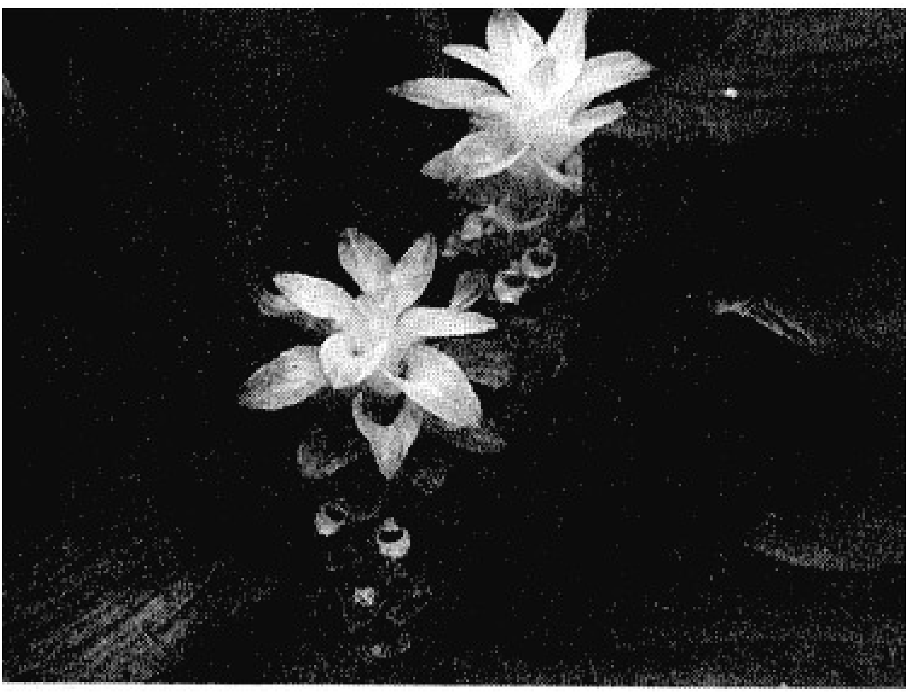
မင်းဝင်းထိန် (B.Ag)

မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း (အငြိမ်းစား)

* * *

နိဒါန်း

စာရေးသူရဲ့ အိမ်ရှင်မထံသို့ သူမရဲ့ မိတ်ဆွေတစ်ဦးက နနွင်းပန်းပွင့်များကို မီးကင်ပြီး ငါးပိရည်နှင့် တို့ မြုပ်စားရအောင် လက်ဆောင်လာပေးပါတယ်။ လှည်းကူးမြို့နယ်၊ ငွေနံ့သာ ကျေးရွာဦးပိုင်ဖြစ်တဲ့ သူမရဲ့ စပါးစိုက်လယ်မြေ ကုန်းစောင်းကွက်လပ်မြေတွေမှာ နနွင်းပင်များကို တစ်နိုင်တစ်ပိုင် စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးထားလို့ စက်တင်ဘာလပိုင်းမှာ နနွင်းပန်း ပွင့်လာတာ ဖြစ်ပါတယ်။



နန္ဒင်းပန်းရဲ့ နို့နှစ်ရောင် ဖယောင်းလွှာကဲ့သို့ ပွင့်ခံရွက်လွှာပေါ်မှာ အစိမ်းရောင် ပြေးကလေးနဲ့ အပြင်၊ ပွင့်ခံရွက်လွှာကြားမှာ ထွက်လာတဲ့ ရွှေဝါရောင် အပွင့်သေးသေးလေးတွေရဲ့ ဆွဲဆောင်မှုကြောင့် စာရေးသူရဲ့ အိမ်ရှင်မဟာ မတို့ ရက်မထိရက်၊ ရင်သပ်ရှုမောဖြစ်ခဲ့ရပြီး စားသောက်ဖို့ ရန် မဖြစ်နိုင်တော့ဘဲ ပန်းအိုးကလေးနဲ့ အလှထိုးပြီး ဘုရားပန်းတင်လိုက်ပါတော့ တယ်။ အဆိုပါ နန္ဒင်းပန်းလေးဟာ ဘုရားမီးအစိမ်းရောင်အောက်မှာ အလွန်ကို လှပတင့်တယ်လွန်း လို့ မသိတဲ့ သူများက ငေးမောရလောက်အောင် “ဘာပန်းလဲဟင်” လို့ မေးမြန်းလိုက်ရတဲ့ အပြင် ရက်သတ္တတစ်ပတ်အထိ မညှိုးမနွမ်းဘဲ လူကို စွဲလန်းစေအောင် ဆွဲဆောင်ထားပါတော့တယ်။

စာရေးသူဆိုလိုချင်တာကတော့ ရှုမြင်ပုံချင်းမတူတာကို ပြောချင်တာပါ။ တောထဲတောင်ထဲမှာ အလေ့ကျပေါက်နေတဲ့ အပင် ဥပမာ- မာလာဖူးပွင့်ကို တို့ မြုပ်စားဖို့ ရန် အတွက်သာ စဉ်းစားမိကြပါမယ်။ ဝါဆိုပန်းပွင့်ဆိုရင် ဝါဆိုလပြည့်အခါသမယမှာ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားကို ပူဇော်ဖို့အတွက် တစ်နှစ်မှာ တစ်ကြိမ်သာ သတိရကြမှာ ပါ။ စာဆိုမှာ “ရှူးမှ တတ်မယ်၊ ထူးမှ မြတ်တယ်” ဆိုတာ ရှိတယ်နော်။ ထိုင်းလူမျိုးတွေက ရှူး လို့ များ အမှတ်မထင် နိုင်ငံခြားဈေးကွက်တစ်ခုကို ရသွားသလား မသိပါဘူး။

တောထဲ
တောင်ထဲမှာ
အလေ့ကျ
ပေါက်သော
မာလာဖူး
အပွင့်များ

ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ချင်းမိုင်မြို့မှာ မိဖုရား သိရိခေတ်ရဲ့ ရုက္ခဗေဒဥယျာဉ်ဆို တာ ရှိပါတယ်။ အဲဒီမှာ ရုက္ခဗေဒပညာရှင်များ တွေက ကမ္ဘာပေါ်မှာ ရှိ နေတဲ့ ဂျင်ဂျာမျိုးစိတ်ပေါင်း မြောက်မြားစွာကို ရှာဖွေ စုဆောင်းပြီး သု တေသနပြုလုပ်ခဲ့ကြပါတယ်။ သူတို့ နိုင်ငံရဲ့ ဂျင်ဂျာမျိုးစု (၂၆) မျိုးထဲက မျိုးစိတ်ပေါင်း (၃၀၀) ကျော်အပြင် အခြား ရှားရှားပါးပါးမျိုးများ ၊ ဥပ မာ ထုံးကျောက်မြေတွေမှာ ပေါက်ရောက်သော ငှက်နှုတ်သီးအပွင့်နဲ့ သ ဏ္ဍာန်တူတဲ့ ဂျင်ဂျာမျိုးများ အထိကို စုဆောင်းကာ သုတေသနပြုလုပ်နို င်ခဲ့ပါတယ်။

ထိုကဲ့သို့ ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းဝင်အပင်များကို သုတေသနပြုလုပ်ရင်းနဲ့ ၁ ၉၉၃ မှာ သူတို့ ဆီမှာ အလေ့ကျပေါက်တဲ့ နနွင်းအုပ်စုထဲမှ Curcuma ali smatifolia သူတို့ နိုင်ငံအခေါ် Pathumma ကို ဧက (၁၆၀)ခန့် စိုက်ပျိုးခဲ့ ကာ ဖြတ်ပန်းနှင့် ကျူမာမျိုးဥများကို နယ်သာလန်၊ USA ၊ ဂျပန်နိုင်ငံများ သို့ တင်ပို့ခဲ့ရာ ဘတ်ငွေ (၁၅-၂၀) သန်းအထိ ရရှိခဲ့တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

အမှန်တကယ်တော့ သူတို့ နိုင်ငံက ဒီနနွင်းဖြတ်ပန်းပွင့်ကို ရေပုံးထဲ မှာ ထည့်ထောင်ပြီး ဒေသဈေးကွက်မှာ သာမန်အလှပန်းအနေဖြင့်သာ

ရောင်းချခဲ့ပေမယ့် နန္ဒင်းပန်းရဲ့ အပြင်ပွင့်ခံရွက်လွှာ ပန်းရောင်ရင့်ရင့်၏ ဆွဲဆောင်မှုအပြင် ကြာပွင့်နဲ့ တူတယ်ဆိုပြီးတော့ နယ်သာလန်နိုင်ငံက အလွန်စိတ်ဝင်စားသွားခဲ့တာ ဖြစ်ပါတယ်။ နယ်သာလန်မှာ အကျော်

တောထဲတောင်ထဲ အလေ့ကျပေါက်သော ဝါဆိုပန်းကို
ပန်းအလှဂျင်ဂျာအဖြစ် သိမြင်သူ ရှားပါလိမ့်မည်။

ရုက္ခဗေဒပညာရှင်များ ရှာဖွေစုဆောင်းထားသော အပင်မျိုးစုံကို အများပြည်သူ လေ့လာနိုင်ရန် ပြသထားသည့် ရုက္ခဗေဒဥယျာဉ်ဆိုတာ နိုင်ငံတိုင်းမှာ ရှိကြပါတယ်။ အဆိုပါဥယျာဉ်များထဲမှ တစ်ကမ္ဘာလုံးမှာရှိနေတဲ့ ဂျင်ဂျာမျိုးစိတ်များစွာ စုဆောင်းပြသထားတာကို ထိုင်းနဲ့ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှာသာ လေ့လာနိုင်ပါတယ်။ ဂျင်ဂျာအုပ်စုဝင်အပင်များဟာ အစားအစာတို့ရဲ့ အရင်းမြစ်ထဲမှာ အရေးပါသလို ကမ္ဘာမှာ ပန်းဘုရင်မလို့ပင် တင်စားနိုင်ပြီး နှစ်ထောင်းအာရဖွယ် အရွက်လှ ပန်းအလှနဲ့ အံ့ဩဖွယ်ရာ အမွှေးနံ့များကို ပိုင်ဆိုင်ထားကြပါတယ်။

ကြားဆုံးက ကျူလစ်ပန်း (Tulip) ဖြစ်ပေမယ့် သူတို့ က ထိုင်းနန္ဒင်းပန်းကိုပဲ “siam Tulip” သို့မဟုတ် ချင်းမိုင်မြို့မှာ စတင်ခဲ့တဲ့ အတွက် “C hiang Mai Pink” အနေနဲ့ ပိုမိုတန်ဖိုးထားပြီး သူတို့ နိုင်ငံရဲ့ မှန်ခြံကြီးတွေမှာ အနွေးဓာတ်ပေးပြီး ဖြတ်ပန်းအဖြစ် အကြီးအကျယ် စိုက်ပျိုးရောင်းချလာကြပါတယ်။ (ရှေ့မျက်နှာဖုံးပုံ)

Rhynchanthus beesianus တရုတ်၊ မြန်မာ၊ ထိုင်းမြောက်ပိုင်းမှာ ရှားပါးစွာ တွေ့ရသည့် ငှက်နှုတ်သီးသဏ္ဍာန် ဖျင်ဂျာမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

Roscoea hybrid ဤမျိုးစုက ဟိမဝန္တာရဲ့မီတာ (၄၈၀၀) အထက်မှာ တွေ့ရှိရပြီး မြန်မာ၊ လာအို၊ ထိုင်းမြောက်ပိုင်း နယ်နိမိတ်မှာ ပျံ့နှံ့စွာပေါက်ရောက်သော သမပိုင်း ရာသီဥတု ဖျင်ဂျာမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ထိုင်းနိုင်ငံက နယ်သာလန်ကို ကျူးဗာမျိုးဥတွေ အကြီးအကျယ်တင် ပို့ရောင်းချလာရတော့ ရုက္ခဗေဒပညာရှင်တွေရဲ့ သစ်ခွအပေါ် မျိုးစပ်မှု

က ဒုတိယနေရာမှာ ကျဆင်းသွားပြီး သူတို့ နိုင်ငံ နနွင်းမျိုးစိတ်ပေါင်း (၄၀) ကျော်ကို စုဆောင်းပြီးတော့ ပထမဦးစားပေးအဖြစ် မျိုးစပ်လိုက်တာ ယခုဆိုရင် စပ်မျိုးပေါင်းများ စွာနဲ့ အတူ စိုက်ပျိုးသူတွေကို ဖြန့်ချိပေးနိုင်လို့ ဈေးကွက်တွေမှာ တွေ့နေရပါပြီ။ အရောင်အသွေးစုံလင်လှတဲ့ ဂျင်ဂျာဟာ သစ်ခွလိုပဲ စိတ်ဝင်စားမှုကို မကြာသေးမီက ရရှိလာကြပြီဖြစ်ပါတယ်။

မျိုးစဉ် Zingiberale မှာ အဓိကကျတဲ့ ငှက်ပျောမျိုးရင်းနဲ့ ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းတို့ ပါဝင်ပါတယ်။ ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းဝင် Zingiberaceae မှာ မျိုးစုပေါင်း (၅၀) နဲ့ မျိုးစိတ်ပေါင်း (၁၄၀၀) အထိ ရှိပါတယ်။ အာရှမှာ မျိုးစု (၄၅) မျိုး အထိ အများ ဆုံးတွေ့ရှိရပြီး အပူပိုင်း အမေရိက (၁) မျိုးနဲ့ အပူပိုင်း အာဖရိက (၄) မျိုးသာ တွေ့ရှိရပါတယ်။ ချင်းနဲ့ ပတဲကောအုပ်စု အနည်းငယ်ကိုတော့ ဂျပန်မှာ တွေ့ရှိနိုင်ပြီး ဗီကျီကျွန်းမှာ ရှိတဲ့ ပတဲကောအုပ်စုက ပေ (၃၀) ကျော်အထိ မြင့်မားတာ တွေ့နိုင်သလို ကွမ်းစားဂမုန်းလို ဂျင်ဂျာမျိုးကျတော့ မြေကြီးမှာ ကပ်ပြီး လက်မအနည်းငယ်သာ မြင့်တာလည်း တွေ့ရပါတယ်။ ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းရဲ့ ထူးခြားချက်ပဲနော် ။ အလွန်ကို ရှားပါးသော ဂျင်ဂျာတစ်မျိုးနှင့် ရှားပါးဂျင်ဂျာမျိုးစိတ်များကို ဟိမဝန္တာရဲ့ အလွန် အေးခဲသော ဒေသမှ အစပြု၍ မြန်မာ၊ လာအို၊ ထိုင်း နယ်ခြားဧရိယာများမှာ တွေ့ရှိရတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းအောက်မှာ ဖော်ပြမည့် အပင်များကတော့ Curcuma အုပ်စုထဲက နနွင်း၊ အာတာလွတ်၊ ဥသရက်ကင်း၊ ချင်းအုပ်စုမှ ချင်း၊ မိတ်တလင်၊ ပဒတ်စာနှင့် ပတဲကော၊ ဂုံမင်း၊ ဖာလာ၊ ပလတ်စတစ်ပန်းအုပ်စုများ ၊ ကွမ်းစားဂမုန်း၊ ဖလံတောင်ဝှေး၊ ရွှေပန်း၊ ပန်းထိမ်ငိုပန်းများ ဖြစ်ကြပါတယ်။ သို့ရာတွင် စာရေးသူ အမှန်တကယ် အဓိကဖော်ပြချင်တာက နနွင်းပန်း (curcuma sp) နဲ့ ပန်းထိမ်ငိုပန်း (Globba sp) တို့

သာဖြစ်သော်လည်း စာဖတ်သူများ စိတ်ဝင်စားလိမ့်မည် မဟုတ်သဖြင့် ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းဝင် အပင်များကို ဆေးဖက်ဝင်အရသော်လည်းကောင်း၊ မီးဖိုချောင်သုံး ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်အရသော်လည်းကောင်း၊ ပန်းအလှအနေဖြင့်သော်လည်း ရေးသားထားခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

စာရေးသူသည် စိုက်ပျိုးရေးသမားတစ်ဦးသာလျှင်ဖြစ်ပြီး ရုက္ခဗေဒ အမျိုးအမည်များကို အရေးကြီးသော မျိုးစိတ်တို့ မှ လွဲ၍ စာလုံးပေါင်းမှားနိုင်သဖြင့် ချန်လှပ်ခဲ့ပါသည် ။ နနွင်း၊ မာလာဖူးတို့ ၏ စပ်မျိုးပေါင်းစုံတို့ မှ ရရှိလာသော Curcuma ပန်းအလှကို ခေါ်ရလွယ်ကူစေရန် နနွင်းပန်းဟု လည်းကောင်း၊ အခြားသောမျိုးစု ဥပမာ Alpinia အကြောင်းကို ဖော်ပြရာတွင် ပတဲကောမျိုးစုဟု သာ အလွယ်တကူ ဖော်ပြပါမည်။

ရှေ့ဆက်မည့် အခန်းကဏ္ဍများကို ဖတ်ရှုလျက် နည်းလမ်းများ စွာကို ရရှိကာ ဂျင်ဂျာမျိုးရင်းဝင် အပင်များ အပေါ် စိတ်ဝင်စားမှုကို ပိုမိုရရှိကြလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည် ။

*

Genus – Curcuma
(နနွင်း၊ မာလာဖူး၊ အာတာလွတ်၊ ဥသရက်ကင်း)

နနွင်း မာလာဖူး အစရှိတဲ့ အပင်တွေကို လူအချို့ခေါ်ကြတာကတော့ “Hiden Lilies” “ပုန်းလျှိုးနေသော လီလီပန်းများ ” တဲ့ ။ ဘာဖြစ်လို့ လဲဆိုတော့ ဒီအပူပိုင်း ဆေးဖက်ဝင်အပင်များက ဆောင်းရာသီဝင်လာရင် အပင်ခြောက်ကျ နားနေသွားပြီး မိုးဦးကျလာသောအခါမှ သာ မြေအောက်ပင်စည် ရိုင်ဇုမ်းမှ အတက်တွေဟာ ပုန်းအောင်းရာမှ ပင်စည်ယောင်ရိုးတံ (pseudo-stem) မှ တစ်ဆင့် ပန်းပွင့်ထွက်ပေါ်လေ့ရှိတဲ့ အတွက်ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီမျိုးစုမှာ မျိုးစိတ် (၄၀) ကျော် ညွှန်းဆိုထားပါတယ်။ နနွင်းရဲ့ အဝါရောင် ရိုင်ဇုမ်းကို အထူးပြုပြီး အာရပ်စကားအရ Curcum a လို့ ဆိုပါတယ်။

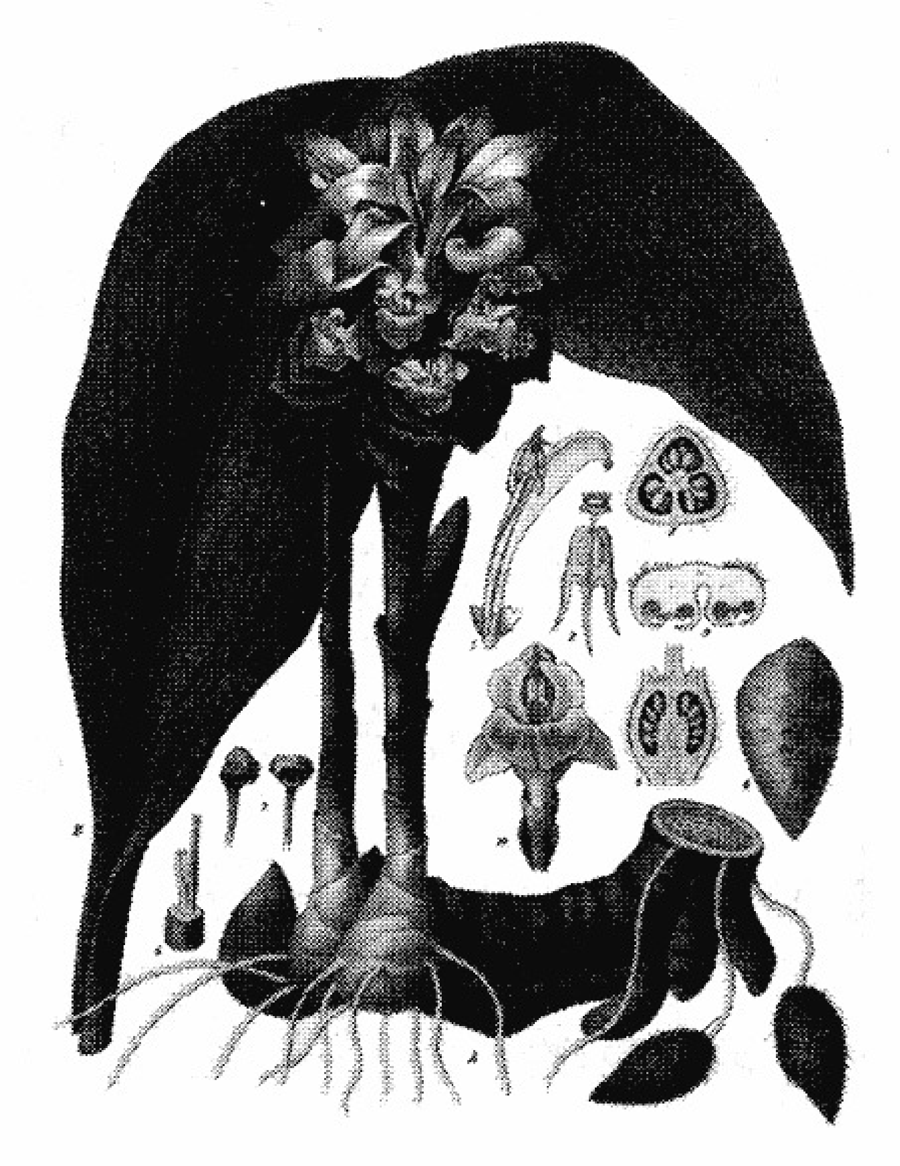
မူရင်းဒေသ

အရှေ့တောင်အာရှ အိန္ဒိယမှ မလေးရှားအထိ စွတ်စိုသော သစ်တောအပြင် ခြောက်သွေ့သော သစ်တောအထိ တွေ့ရှိရပြီး ဩစတြေးလျမြောက်ဖက်နှင့် တရုတ်နိုင်ငံတောင်ပိုင်းမှာ တော့ မျိုးစိတ် အနည်းငယ်ကိုသာ တွေ့ရပါတယ်။

သဘာဝအနေအထား

သစ်တောသစ်ပင်များမှာ နွေရာသီအချိန် အစိုဓာတ် ပြန်လာတဲ့ အခါ အရွက်တွေက မြေကြီးမှ နေပြီး အစိမ်းရောင် အပ်ချောင်းများ လိုပဲ

နန္ဒင်းပင်၊ မာလာဖူးပင်တွေဓာ ဖောက်ထွက်လာကြပြီး အချိန်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ အထပ်ထပ်ဖြစ်နေသော ရွက်ကြောများ ၊ အနီရောင် သို့မဟုတ် အနက်ဖက်ကူးတဲ့ အရွယ်လယ်ကြောတွေနဲ့ အစိမ်းရောင်ကြီးမားသော ဘဲဥပုံအရွယ်တွေအဖြစ် ပြန့်ကားလာပါတယ်။



နွေရာသီအပူနဲ့ မိုးကြီးရွာချလိုက်တဲ့ အခါမှာ ပန်းပွင့်မည့်ပင်စည်ရိုး
တံများ ဟာ မြေကြီးကနေ ဖောက်ထွက် လာပြီး ပင်စည်ယောင်နဲ့ အရွ

က်ကြားက ပုန်းအောင်းထွက်လာသလိုမျိုး လုံးဝိုင်းသော သို့မဟုတ် ဆလင်ဒါပုံ ပွင့်ခံရွက်လွှာ (Bracts) တွေအဖြစ် ပွင့်လာကြတယ်။ ဒီပွင့်ခံရွက်လွှာတွေကတော့ ဖယောင်းသားတွေလို ထူးကဲထွက်လာသော အရွက်များ သာဖြစ်ပြီး အရောင်အနေနဲ့ အနီ၊ ပန်းရောင်၊ အစိမ်းဖျော့၊ အဖြူနဲ့ နို့နှစ်ရောင်တွေ ရှိကြတယ်။ ဒွိလိင်အပွင့်ရှိတဲ့ အဖြူ၊ အဝါ၊ အနီ သို့မဟုတ် ခရမ်းရောင်အပွင့်သေးသေးလေးတွေကတော့ ပွင့်ခံရွက်လွှာ အစုအအုံရဲ့ ကြားမှာ ထွက်လာပါတယ်။ အရွက်တွေက ဆောင်းဦးပေါက်မှာ ခြောက်ကျသွားပြီး မြေကြီးမှာ အရာလောက်သာ ထင်ကျန်ရှိစေခဲ့ပါတော့တယ်။

မြေကြီးထဲမှာ ရိုင်ဇုမ်းတွေဟာ ကြာရှည်စွာဖြင့် နားနေကျန်ခဲ့တယ်။ နှင်းခဲကျသော ကာလပိုကြာရင်လည်း ရိုင်ဇုမ်းတွေဟာ ခြောက်သွေ့သွားခြင်းမရှိဘဲ ကြာရှည်စွာဖြင့် နားနေပြီး မိုးဦးကျမှ အသစ်တစ်ဖန် ပြန်လည်ပြီး ပန်းပွင့်လာပါတော့တယ်။

စိုက်ပျိုးမှုလိုအပ်ချက် အခြေအနေများ

နွှင်းအုပ်စုကို နှင်းခါးကင်းစင်သော အနွေးဓာတ်ကောင်းစွာရရှိသော နေရောင် ကောင်းစွာရရှိသော နေရာနှင့် သဲမြေကို အခြေခံသော အော်ဂဲနစ်အဆွေးဓာတ်မြေဩက်မြားစွာမှာ စိုက်ပျိုးနိုင်ပါတယ်။ နနွင်းအုပ်စုတွေဟာ ဆောင်းရာသီအရောက်မှာ အရွက်တွေက ပျော့ဖတ်ခြောက်သွေ့သွားတဲ့ အလေ့အထ အထူးသဖြင့် ရေရရှိမှုနည်းလျှင် ပိုပြီးတော့ အရွက်ကျ လွယ်တတ်ပါတယ်။

ဒီလိုအခြေအနေမှာ အပင်ကို အရွယ်မကျစေချင်ရင် အေးသောရာသီမှာ အိမ်တွင်းစိုက်အနေနဲ့ ထားရင် ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ပြီး နှင်းကျတဲ့ ရာသီကုန်ဆုံးသွားရင် ပြန်လည်ပြီးတော့ အပြင်သို့ ပြောင်း

ရွှေ့ပေးခြင်းဖြင့် တစ်ချို့သော အရွယ်အလှအပရှိသော နနွင်းအုပ်စုအပ င်ကို ထိန်းထားနိုင်ပါတယ်။

ယေဘူယျစိုက်ပျိုးပုံနည်းလမ်း

မိမိတို့ ဆီမှာ curcuma အုပ်စုထဲမှ အရိုးရှင်းဆုံး နနွင်းစိုက်ပျိုးပုံက တော့ နွေဦးရာသီမှာ ကတည်းက နနွင်းစိုက်ပျိုးမည့်မြေကို ထယ်ထိုး ထားပါမယ်။ စိုက်ပျိုးမည့်ဘောင်ကို အကြမ်းဆွဲပြီး ၎င်းပေါ်မှာ စပါးခွံ၊ စက်ဖွဲပြာ၊ နွားချေးဆွေးခပ်များများ ဖြန့်ချထားပေးပါမယ်။ ထပ်မံ၍ ဘောင်ပေါ်သို့ မြက်ခြောက်များ ၊ အမှိုက်သရိုက်ခြောက်များ တင်ပေးပြီး မီးရှို့ပေးပါတယ်။

တစ်ဖက်မှ လည်း မိမိစိုက်ပျိုးမည့် နနွင်းမျိုးတက်များကို လေဝင် လေထွက်ကောင်းပြီး အေးမြသောအရိပ်မှာ ကျင်းကလေးတူးပြီး သဲထ ည့်ပေးကာ ၎င်းအပေါ်မှာ နနွင်းတက်ကို ဖြန့်ချထားပေးပြီး အပေါ်ယံကို သဲလွှာနှင့် ပြန်လည်ဖုံးထားပါမယ်။

မိုးဦးကျတာနဲ့ မီးရှို့ထားသောစိုက်ဘောင်ကို မြေဩဇာသမသွား အောင် မြေအသေအချာဆွပြီး စိုက်ဘောင်ကို အချောပြန်လည်ပြုပြင် ပေးကာ အညှောင့်ထွက်ကာစ နနွင်းတက်ကို သဲကျင်းမှ ဖော်ယူပြီး စိုက် ဘောင်ပေါ်မှာ တန်းကြား၊ ပင်ကြား ၉ လက်မ × ၉ လက်မခြား စိုက် ပေးပါတယ်။ မေလကုန်ပိုင်းမှာ စတင်စိုက်ပျိုးထားလျှင် စက်တင်ဘာလ ဆန်းပိုင်းမှာ ပန်းစတင်ပွင့်လာနိုင်ပြီး ဒီဇင်ဘာ၊ ဇန်နဝါရီလများမှာ နနွ င်းတက်ကို ပြန်လည်တူးဖော်ယူကြပါတယ်။

အသုံးပြုပုံများ (Usage)

နနွင်းအုပ်စုကို ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်၊ ဆေးဖက်ဝင်အသုံးပြုမှုနှင့်

ပန်းအလှကဏ္ဍအဖြစ် (၂)ပိုင်း ခွဲခြားဖော်ပြပါမည်။

*