క్యాబేజి (Cabbage)

శాస్త్రీయనామము: <u>బ్రాసికా</u> <u>ఓలరేసియా</u> రకం కాపిటేట

కుటుంబము: క్రూసిఫెరె

లేత ఆకుపచ్చని రంగులో, ఒక ప్రత్యేకమైన రుచిలో ఉండే క్యాబేజి నిజానికి ఒక ఆకుకూర క్యాబేజిలో అన్ని ఆకు కూరలప వలె తక్కువ మోతాదులో మాంసకృత్తులు, క్రొవ్వు పదార్థాలు ఉంటాయి. సుమారు 92% తేమ కలిగి వంద గ్రాములకు కేవలం 27 క్యాలరీలు ఇచ్చే క్యాబేజిని స్థూలకాయులు కలవారు నిర్భయంగా తీసుకోవచ్చు. క్యాబేజిలో పీచుపదార్థం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఈ పీచు పదార్థం మలబద్ధకాన్ని నివారించుటలోను, శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్‌ను బంధించి శరీరం నుండి విసర్జించుటలోను తోడ్పడుతుంది.

శీతాకాలం పండించే కూరగాయలలో అతిముఖ్యమైనది. దీనిని సలాడ్‌గా, ఉడకబెట్టిన కూరగాయగా మరియు ఊరగాయగా కూడా వాడుతారు. క్యాబేజిలో విటమిన్ ఎ మరియు సి, భాస్వరము, సోడియం, పొటాష్ మరియు ఇనుము సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ప్రతి 100 గ్రాముల క్యాబేజిలో 124 మి.గ్రా విటమిన్ **'C'** భాస్వరం 44 మి.గ్రా, పొటాష్ 114 మి.గ్రా సోడియం 14.1 మి.గ్రా, ఇనుము 0.8 మి.గ్రా ఉండును. క్యాబేజిలో ధృఢమైన ఆకులు ఒక దానిపై ఒకటి శిఖర మొగ్గను కప్పుతూ ఉంటాయి. దీనినే తల అంటారు.

వాతావరణం: దీని సాగుకు చల్లని తేమ గల వాతావరణం చాల అనుకూలం ఎక్కువగా శీతాకాలంలో పండిస్తారు. అధిక ఉష్ణోగ్రతలు తల నాణ్యతను తగ్గిస్తాయి. 5-30 సెం.గ్రే ఉష్ణోగ్రత అనుకూలం.

నేలలు : చౌడు భూములు తప్ప మిగతా అన్ని భూములలో పండించ వచ్చు. ముందుగా వేసే పంటకు ఇసుకతో కూడిన బంకనేలలు అనుకూలము. సారవంతమైన నేలలు అధిక దిగుబడిని ఇచ్చును.

రకాలు : రకాల సైజు, ఆకారం, రంగులలో తేడా కలిగి ఉంటాయి. సాధారణంగా పండించే రకాలు **4 గ్రూపులుగా** విభజించవచ్చు.

1. గుండ్రని హెడ్ రకాలు:

ఎ. గోల్డన్ ఎకర్: క్యాబేజి గుండ్రంగా ఋతువులో ముందుగా వేయుటకు అనుకూలము. 60-65 రోజులలో కోతకు వస్తుంది. తల లోపలి భాగం తెల్లగా మంచి నాణ్యత కల్గి ఉంటుంది.

బి.ప్రైడ్ ఆఫ్ ఇండియా : క్యాబేజి పెద్దగా గుండ్రంగా ఉండి 60-80 రోజులలో కోతకు వస్తుంది.

సి. కోపన్ హేగన్ మార్కెట్ : ధృడమైన తల కలిగి త్వరగా కోతకు వచ్చును.

డి. గ్రీన్ ఎక్స్ ప్రెస్: పెద్ద తల కలిగి ఉండును. వెస్ట్ బెంగాల్‌లో ప్రసిద్ధి చెందిన రకం.

2. ఫ్లాట్ హెడ్ లేక డ్రమ్ హెడ్ రకాలు:

ఎ. పూసా డ్రమ్ హెడ్: ఇది జపానీ రకము **EC**- 6774 నుండి ఎన్నిక చేయబడిన రకము. తల గట్టిగా ఉండి మధ్యభాగం వెడల్పుగా డోలు వలె ఉంటుంది. దీర్ఘకాలిక రకం. 100-120 రోజులలో కోతకు వచ్చును.

3. కోనికల్ హెడ్ రకాలు:

ఎ. జర్సీ వేక్ ఫీల్డ్ : మధ్య కాలిక రకం 80-90 రోజులలొ వచ్చును.

బి. చార్లిసేటన్ వేక్ ఫీల్డ్

4. సావాయి రకాలు:

ఇవి పెద్ద గడ్డ కలిగి ముడుతలు గల ఆకులు గల క్యాబేజి రకాలను సావాయి రకాలు అంటారు.

ఎ. డ్రమ్ హెడ్ సావాయి: ఆకులు ఆకుపచ్చగా ముడుతలు కలిగి ఉంటాయి. నాణ్యత గల రకం. కాని మన దేశంలో వాణిజ్యపరంగా సాగుబడి చాలా తక్కువ.

విత్తే కాలం: **స్వల్పకాలిక రకాలు:** ఆగష్టు – సెప్టెంబరు
మధ్యకాలిక రకాలు: సెప్టెంబరు
దీర్ఘకాలిక రకాలు : అక్టోబరు

కొండ ప్రాంతాల్లో మార్చి నుండి జూన్ వరకు కూరగాయగా సాగుచేస్తారు. విత్తన ఉత్పత్తికి గాను జూలై – ఆగష్టులో సాగు చేస్తారు.

విత్తన మోతాదు, విత్తు దూరం : హెక్టారుకు 500–750 గ్రా విత్తనము సరిపోతుంది. విత్తనాన్ని సన్నని ఇసుకలో కలిపి ఎత్తైననారు మడులలో నారు పోసి, 2–3 ఆకులు వేసిన పిమ్మట అంటే దాదాపు 30–35 రోజుల పిమ్మట నాటు వేయాలి. 60×45–50 సెం.మీ విత్తు దూరమును పాటించాలి.

ఎరువులు: హెక్టారుకు 20–25 టన్నుల పశువుల ఎరువు వేసి కలియ దున్నాలి. ఆఖరి దుక్కిలో 150–200 కిలోల సూపర్‌ఫాస్ఫేటు మరియు 100 కిలోల పొటాష్ వేసి దున్నాలి. నాటిన పిమ్మట 60–80 కేజిల నత్రజని ఎరువును 3 భాగాలుగా, మొదటి సారి నారునాటిన 25–30 రోజులకు, 60 రోజులకు మరియు 75–80 రోజులలో వేసి నీరు పెట్టాలి.

అంతరకృషి, నీరుకట్టుట: నాటిన 20–25 రోజులకు ఒక సారి, రెండవ సారి 45–60 రోజులకు కలుపు తీయాలి. కలుపు తీయునపుడు లోతుగా త్రవ్వకూడదు. సమృద్ధిగా నీరు కట్టుట వలన క్యాబేజి తల ఎదుగుదల బాగుగా ఉండును. అధిక నీరు కట్టుట వలన మొక్కలు చనిపోయే అవకాశం కలదు. నీటి తడుల మధ్య ఎక్కువ ఎడం పిమ్మట ఆకస్మికంగా నీరు కట్టడం వలన క్యాబేజి తల పగిలి పోయే ప్రమాదం ఉంది.

కోతలు: తగిన పరిమాణం వరకు ఎదిగిన తరువాత , గట్టిగా ఉండగా కోయాలి. తయారయిన పిదప కోత ఆలస్యమయితే తలకు ఎండతగలకుండా క్రింది ఆకులను గడ్డపైకి మడచి కట్టవలయును.

దిగుబడి: హెక్టారుకి సుమారు
స్వల్పకాలిక రకాలు – 30–35 టన్నులు
దీర్ఘ కాలిక రకాలు – 35–40 టన్నులు

నిల్వ చేయుట: క్యాబేజిని 0^0 సెం.గ్రే మరియు 85% **R.H** వద్ద కొన్ని వారాల వరకు సాధారణ గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద 4–5 రోజులు నిల్వ చేయవచ్చు.

క్యాబేజిలో విత్తన ఉత్పత్తి:

క్యాబేజిలో పరపరాగ సంపర్కము హెచ్చుగా ఉండును. కావున రకాల మధ్య 800 మీ. ఐసోలేషన్ దూరం ఉంచి విత్తన ఉత్పత్తి చేయాలి.

మన దేశంలో కొండప్రాంతాలలోనే విత్తనాలను ఉత్పత్తి చేస్తారు. క్యాబేజీలో విత్తన ఉత్పత్తి వివిధ రకాలుగా చేస్తారు.

1. **హెడ్ ఇంటాక్ట్ పద్ధతి:** ఈ పద్ధతిలో తలపైన ఏటవాలుగా కోయడము వలన పూకాడ బయల్పడి పూసి, కాయనిస్తుంది.
2. **కోర్ ఇంటాక్ట్ పద్ధతి:** ఈ పద్ధతిలో క్యాబేజి బాహ్యపు ఆకులు అన్నీ తీసివేసి మధ్య భాగం మాత్రమే ఉంచుట వలన కాడలు బయల్పడతాయి.
3. **స్టంపు పద్ధతి:** తలను తీసివేసి స్టంపు మాత్రమే ఉంచుతారు. ఈ పద్ధతిలో అధిక విత్తనమును ఉత్పత్తి చేయవచ్చు. కాని పూకాడలు వంగి కాయలు భూమిని తాకుతాయి.

హెక్టారుకు సరాసరిన 500–650 కిలోల విత్తనమును ఉత్పత్తి చేయవచ్చును.