NEW ERA AGRICULTURE MAGAZINE

पालक की वैज्ञानिक खेती

[1]डॉ. बुद्धेश प्रताप सिंह, [2]लालू प्रसाद, [3]अभिषेक गौतम, [4]वीरेंद्र कुमार

परिचय –

पत्तीदार सब्जियों में पालक अत्यन्त ही प्रचलित लोकप्रिय व प्रमुख सब्जी की फसल है। इसकी कच्ची व कोमल रसीली पत्तियों का प्रयोग वर्षभर किया जाता है, परन्तु शरद ऋतु में तैयार फसल अधिक व उच्च गुणों युक्त होती है। ग्रीष्म ऋतु में कुछ हानिकारक तत्वों जैसे नाइट्रेट व आक्जलेट की मात्रा बढ़ जाती है। पौष्टिकता के साथ-साथ इसमें अनेकों औषधीय गुण भी विद्यमान हैं। इसमें विद्यमान हरियाली रक्त में लाल कणों (हिमोग्लोविन) के निर्माण में काफी सहायक है। महिलाओं में गर्भावस्था के दौरान या प्रसव के बाद रक्त की कमी की बीमारी एनिमिया के नाम से जानी जाती है। पालक का प्रयोग करने से इन बीमारियों की संभावना कम हो जाती है और अलग से लौह (आयरन) व कैल्शियम की खुराक लेने की आवश्यकता नहीं पड़ती । बच्चा स्वस्थ तथा निरोगी पैदा होता है। मधुमेह तथा क्षय रोग के मरीजों के लिए भी पालक काफी फायदेमंद है ।

उन्नतशील प्रजातियाँ

काशी बारहमासी- इस किस्म की पत्तियाँ एक समान हरी तथा बुआई के २०-२५ दिन बाद कटाई योग्य तैयार हो जाती हैं। औसतन कुल ६-८ कटाई की जाती है। इस किस्म की औसत उपज ३०० कु०/ हे० है ।

आलग्रीन- इस किस्म की पत्तियाँ एक समान हरी तथा बुआई के २०-२५ दिन बाद कटाई योग्य तैयार हो जाती हैं। औसतन कुल ६-७ कटाई की जाती है। इस किस्म की औसत उपज २०० कु० /हे० है ।

पूसा हरित- यह किस्म पहाड़ी क्षेत्रों में पूरे वर्ष भर उगाई जाती है। मैदानी क्षेत्रों में भी इस किस्म की खेती अच्छी प्रकार की जाने लगी है। पौधे उर्धव विकास करने वाले, एक समान

[1]डॉ. बुद्धेश प्रताप सिंह, [2]लालू प्रसाद, [3]अभिषेक गौतम, [4]वीरेंद्र कुमार,
[1](शोध छात्र) चंद्रशेखर आज़ाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कानपुर नगर (उत्तरप्रदेश)
[3]एमएससी (कृषि) हॉर्टिकल्चर आचार्य नरेन्द्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कुमारगंज अयोध्या (उ.प्र.)
[2&4](शोध छात्र) आचार्य नरेन्द्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय कुमारगंज अयोध्या (उ.प्र.)

हरे होते हैं। इस किस्म की खेती क्षारीय मृदा में भी की जा सकती है। प्रति हेक्टेयर औसत पैदावार २०० कु०/ हे० से भी अधिक है।

पूसा ज्योति- इनकी पत्तियाँ गहरी हरी, रेशा रहित, मुलायम व रसीली होती हैं। पौधे अच्छे व अधिक पत्तियों वाले होते हैं तथा पोटैशियम, वैहल्सियम, सोडियम व एस्कार्बिक अम्ल अन्य किस्मों की अपेक्षा अधिक होती है।

जोबनेर ग्रीन- एक समान हरी, मोटी व मुलायम पत्तियों वाली इस किस्म की औसत पैदावार ३०० कु०ध्हे० है । इसकी पत्तियों बहुत आसानी से पक जाती है तथा उनका स्वाद काफी अच्छा होता है।

पन्त कम्पोजिट-१- इस किस्म की पत्तियाँ मुलायम, रसीली व एक समान हरी होती है। यह किस्म पत्ती धब्बा बीमारी से अवरोधी है।

एच एस-२३- हल्की हरी व मध्यम आकार की पत्तियों वाली यह किस्म बीज की बुआई के ३-४ सप्ताह बाद तैयार हो जाती है। पहली कटाई लगभग ३० दिनों के बाद की जाती है तत्पश्चात् १५-१५ दिन के अन्तराल पर ६-८ कटाई की जाती है।

जलवायु- पालक मुख्यतः शीतकालीन फसल है। लेकिन इसे पूरे वर्ष भर उगाया जा सकता है । शरद ऋतु में इसकी वानस्पतिक वृद्धि अच्छी होती है और ५-६ कटाइयाँ एक फसल से प्राप्त हो जाती हैं। गर्मी के मौसम में उगाने पर ऊंचे तापक्रम के कारण एक कटाई ही मिलती है और बाद में बीज के डंठल निकल आते हैं। इसकी अच्छी वृद्धि और उपज के लिये १५ से २०० से० तापक्रम उपयुक्त पाया गया है।

भूमि और भूमि की तैयारी- पालक की खेती किसी भी मिट्टी में की जा सकती है, अच्छे जल निकास वाली, बलुई दोमट या दोमट मिट्टी इसकी खेती के लिये बहुत उपयुक्त होती है। इसमें क्षारीय और लवणीय मिट्टी को सहन करने की क्षमता होती है। इसकी खेती ७ से ८५ पी० एच० नान वाली मिट्टी में सफलता पूर्वक कर सकतें हैं। खेत की ३.४ जुताई करके मिट्टी मुरमुरी बना लेते हैं । बुआई के पूर्व खेत में छोटी क्यारियाँ और सिंचाई की नालियाँ बना लेनी चाहिए ।

बीज की मात्रा और बुआई का समय- एक हेक्टेयर क्षेत्र में बीज बोने के लिये २५-३० किलोग्राम बीज की आवश्यकता पड़ती है। बुआई का मुख्य समय अक्टूबर- नवम्बर है लेकिन इसकी बुआई लगभग पूरे वर्ष कर सकते हैं। बीज को प्रायः समतल खेत में छिटकवाँ विधि से बोते हैं परन्तु पंक्तियों में बोना अधिक लाभप्रद है। इस विधि में पंक्तियों की दूरी १५-२० से० मी० रखते हैं। बीज को २-३ से० मी० गहराई पर बोते हैं। बीज जमने के बाद पौधे से पौधे की दूरी ४-५ से० मी० रखते हैं।

खाद एवं उर्वरक- बुआई के ३-४ सप्ताह पूर्व २०-२५ टन गोबर की सड़ी खाद या कम्पोस्ट प्रति हेक्टेयर की दर से डालकर खेत की मिट्टी में अच्छी तरह मिला देते हैं। इसके अलावा १०० कि०ग्रा० नाइट्रोजन, ५० किलोग्राम फास्फोरस और ५० किलोग्राम पोटाश प्रति हेक्टेयर की दर से शरदकालीन फसल में डालते हैं। फास्फोरस और पोटाश की पूरी मात्रा और नाइट्रोजन की एक चौथाई मात्रा आपस में मिलाकर बुआई के पूर्व खेत में डालकर मिट्टी में मिला देते हैं। शेष नाइट्रोजन बराबर मात्रा में बाँटकर प्रत्येक कटाई के बाद देते हैं। औसतन ३-४ टापड्रेसिंग शरदकालीन फसल में करते हैं। गर्मी की फसल में उर्वरक की मात्रा आधी हो जाती है क्योंकि केवल एक ही कटाई मिल पाती है।

सिंचाई- बीज की बुआई के समय पर्याप्त नमी होना आवश्यक है। पहली सिंचाई बीज जमने के बाद करते हैं और बाद की सिंचाईयाँ १० - १५ दिन के अन्तराल पर करते रहते हैं

अंतः सस्य क्रियायें- खेत में खरपतवार के प्रबंध के लिए एक या दो निकाई की आवश्यकता होती है । निकाई खुर्पी की सहायता से करते हैं। दो पक्तियों के बीच हल्की गुड़ाई भी कर दें जिससे पौधो की जड़ों में वायु संचार पूर्ण रुप से हो सके ।

कटाई- पहली कटाई बुवाई के तीन या चार सप्ताह बाद करते हैं। बाद की कटाइयाँ १५ - २० दिन के अन्तर पर करते हैं। कटाई सदैव जमीन से ५-६ से० मी० ऊपर से करनी चाहिए । शीतकालीन फसल में सामान्यतया ५-६ कटाई ली जाती है। गर्मी में उगायी गयी फसल में एक कटाई के बाद बीज के डंठल निकल आते हैं ।

उपज- हरी कोमल पत्तियों की औसत उपज १५० कुन्तल प्रति हेक्टेयर प्राप्त होती है ।

फसल सुरक्षा- पालक में मुख्य रुप से पत्तियों के कर्तन कीट (पत्ती काटने वाले) हानि पहुँचाते हैं । कीट नियंत्रण के लिए नीम गिरि के ४ प्रतिशत घोल (४० ग्राम नीम गिरि पाउडरध्ली ० पानी) का छिड़काव करें । पत्तियों के ऊपर पर्ण चित्ति के कारण पहले धब्बे बनते हैं और बाद में पत्तियां सिकुड़कर सूख जाती हैं । रोकथाम के लिए टापसिनद्दएम. १ ग्राम/लीटर पानी की दर से घोल बनाकर १० से १५ दिन के अन्तर से छिड़काव करना चाहिए ।