

කරවල කැබැල්ල

කරවල කැබිල්ල (Bignay/ Currant tree)



Order : Euphorbiales
Family : Euphorbiaceae
Genus : Antidesma L.
Species : *Antidesma bunius* (L.) Spreng.

පලතුරු වාරයේදී මිදි පොකුරු වැනි පොකුරු වශයෙන් ඉදුණු විට රත් පැහැ ගන්නා ගෙඩි වලින් ගස පුරා ඉතා අලංකාරව එල හට ගන්නා කරවල කැබිල්ල අපට තවමත් ආගන්තුක පලතුරකි. උණුසුම් දේශගුණික රට වලට ආවේණික වූ මෙම පලතුර ඉතා පෝෂණීය මෙන්ම ප්‍රති ඔක්සිකාරක හා පිළිකා නාශක ගුණාංග වලින් ද හදවත් රෝග පාලනය කරන ගුණාංග වලින්ද සමන්විත වටිනා පලතුරකි.

කරවල කැබිල්ල පුෂ්ප



ද්වි ලිංගික මල් පිරිමි මල්

කරවල කැබිල්ල එල

දේශීයව විශේෂයෙන් තෙත් කලාපය ආශ්‍රිතව කුඩා වන ලැහැබි වල දේශීය කරවල කැබිල්ල ස්වාභාවිකව වැවෙනු දක්නට ලැබෙන අතර මේවාට කැබිල්ල, ඇඹිල්ල ආදී ලෙස සාමාන්‍යයද ව්‍යවහාරයේදී භාවිතා කරනු ලබයි. මෙම දේශීය විශේෂයන්හි ගෙඩි කුඩා වන අතර විදේශීය රටවලින් හඳුන්වා දී ඇති විශේෂයන්හි ගෙඩි වඩා විශාල වේ. මෙම ගෙඩියක බර ග්‍රෑම් 0.45 - 0.59 ක් පමණ වන අතර කරවල කැබිල්ල ගෙඩි ගෝලාකාර හැඩැතිය. කුඩා අවධියේදී මේරීමට පෙර මේවා කොළ පැහැතිය.

පොකුරක සාමාන්‍යයෙන් ගෙඩි 40-70 ක් පමණ හටගන්නා කරවල කැබිල්ල පොකුරක ගෙඩි පැසෙන අවධිය වන විට කොළ, රෝස, රතු හා තද දම් පාට ආදී විවිධ දීප්තිමත් වර්ණයන්ගෙන් යුතු විවිධ අවස්ථා වල ගෙඩි වලින් සමන්විත වේ. මේ නිසා මෙම අවධියේදී වර්ණවත් කරවල කැබිල්ල ශාකය ඉතා දර්ශණීය වේ.

හොදින් ඉදුණු කරවල කැබිල්ල මිහිරි රසැතිය. පැසුණු ගෙඩි ඇඹුල් හා පැණි රස මිශ්‍ර වන අතර, නොපැසුණු ගෙඩි කහට රසැතිය.

කරවල කැබිල්ල (*Antidesma bunius* L.)



දේශීය හීන් ඇඹිල්ල එල (*Antidesma alexiteria* L.)

ආහාරයට ගත හැකි ගුණ 100 ක අඩංගු පෝෂක ප්‍රමාණයන්
ශක්තිය කි. ජූල් 134
ජලය ගැම 90 - 95
ජිරෝ ටීන් ගැම 0.7
මේදය ගැම 0.8
කාබෝහයිඩ්‍රේට් ගැම 6.3
කැල්සියම් මිලි ගැම 37 - 120
පොස්පරස් මිලි ගැම 22 - 40
යකඩ මිලි ගැම 0.7
විටමින් ඒ අන්තර්ජාතික ඒකක 10
විටමින් සී මිලි ගැම 8

ප්‍රචාරණය

බිම සිටවූ ශාකයක් මෙන්ම, පෝච්චියක සිටුවා ගත් ශාකයක්ද ඉතා හොඳින් හා අලංකාරව එල දරයි. එම නිසා මෙය පලතුරක් මෙන්ම භූමි අලංකරණ ශාකයක් ලෙසද ගෙවත්තට එක්කර ගත හැකි අගනා ශාකයකි. සාමාන්‍යයෙන් ස්වාභාවිකව වර්ධනය වන විට මී. 5-10 ක් පමණ උසට වැඩෙන සදාහරිත ශාකයක් වන මෙම ශාකයෙහි කඳෙහි මුල සිටම අතු බෙදීම සිදුවන බැවින් අවශ්‍ය පරිදි පඳුරක් ලෙසද නඩත්තු කරගත හැකිය. වගා කිරීමේදී අවශ්‍ය පරිදි ශාක උස නඩත්තු කර ගැනීමේ හැකියාව ඇත.

බඳුන් ගත කළ කරවල කැබිල්ල

කරවල කැබිල්ල බීජ මගින් පහසුවෙන් ප්‍රචාරණය කරගත හැකිය. එමෙන්ම අතු කැබලි, වායව අතු බැඳීම හා බද්ධ කිරීම මගින්ද සාර්ථකව පැළ නිෂ්පාදනය කරගත හැකිය. ගැහැණු හා පිරිමි මල් ශාක වෙත වෙනම හට ගන්නා අවස්ථාද ඇති බැවින් වගා කිරීමේදී වර්ධක ප්‍රචාරණයෙන් සකස් කරගත් පැළයක් සිටුවා ගැනීම වැදගත් වේ. වර්ධක ප්‍රචාරණයෙන් සකස් කරගත් පැළයක් වසරක් වැනි කෙටි කාලයක් තුළ

එල හට ගැනීම අරඹයි. හොඳින් වැඩුණු ගසකින් වාරයකදී කි.ගැ.ම් 50-100 ක් පමණ අස්වැන්නක් ලබාගත හැකිය.

භාවිත

ඉදුණු කරවල කැබිල්ල ගෙඩි කෙලින්ම ආහාරයට ගත හැකි මිහිරි රසවත් පලතුරකි. මේවා වෙනත් පලතුරු සමඟ මිශ්‍ර කොට ජෑම්, ජෙලි, පලතුරු යුෂ මෙන්ම වයින් නිෂ්පාදනයටත් භාවිතා කළ හැකිය. මේවායේ ළපටි පත්‍ර වලින් සලාද සකස් කරගත හැකිය. ඇඹුල් රසැති මෙම පත්‍ර තක්කාලි හෝ විනාකිරි වෙනුවට මස් හා මාළු පිසීමේදී භාවිතා කළ හැකිය.

කරවල කැබිල්ල වල ඖෂධීය වටිනාකම පිළිබඳව ද බොහෝ තොරතුරු ඇත. මෙම එල උදර ආබාධ, ආහාර අපීර්ණය, දියවැඩියාව හා හදවත් රෝග ආදී රෝග ප්‍රතිකාර සඳහාද සර්ප විෂට ප්‍රතිකාර සඳහා භාවිතා කළ හැකි බවටත් දැක්වේ. මේරු ශාක කඳෙහි පොත්ත කඹ නිෂ්පාදනයටත්, දැවමය කොටස වැටවල් වල සිටුවන කණු, හැරමිටි උපකරණ සඳහා මිටවල් හා කාඩ්බෝඩ් නිෂ්පාදනයට භාවිතා කළ හැකි බවටද තොරතුරු ඇත. මේ අනුව දේශීය පලතුරු වගාවන් අතරට එක්කර ගත හැකි විශාල විභවයක් සහිත සුවිශේෂී පලතුරක් ලෙස කරවල කැබිල්ල සැලකිය හැකිය.

කරවල කැබිල්ල යුෂ

කරවල කැබිල්ල වයින්