ഇനിയും പടിക്കു പുറത്തു നിർത്തരുത് വെളിച്ചെണ്ണയെ

അമേരിക്ക ഉൾപ്പടെയുള്ള വിദേശീയരുടെ ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത സ്ഥാനമാണ് ഇന്ന് വെളിച്ചെണ്ണ കാപ്സ്യൂളിന്. എന്നാൽ ഇന്ത്യ ഇനിയും നാളികേരത്തിന്റെ ഗുണങ്ങളോ സാധ്യതകളോ തിരിച്ചറിഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നതു ഖേദകരം തന്നെ. അമേരിക്കയിലും ഇന്തോനേഷ്യയിലുമെല്ലാം വൻ കമ്പനികളാണ് നാളികേര ഉത്പന്നനിർമാണത്തിലുള്ളത്.

ടോം ജോർജ്
tomgeorge978@gmail.com

ഹൃദ്രോഗകാരിയെന്നാരോപിച്ച് അയിത്തം കൽപിച്ച വെളിച്ചെണ്ണ ഇന്ന് വിദേശികൾക്ക് ആരോഗ്യ സംരക്ഷകൻ. കേരളീയർ കോഡ്‌ലിവർ ഓയിലും മീനെണ്ണയും ഒക്കെ കഴിച്ചിരുന്നതുപോലെയാണ് തേങ്ങാപ്പാൽ ഉരുക്കി നിർമിക്കുന്ന വെർജിൻ വെളിച്ചെണ്ണയുപയോഗിച്ചുള്ള കാപ്സ്യൂളുകൾ വിദേശികൾ ഹൃദയരക്ഷക്കായി ഇപ്പോൾ കഴിക്കുന്നത്. ഇത് വൻ വിലനല്കിയാണ് ഇവർ വാങ്ങുന്നത്. പ്രഭാത ഭക്ഷണത്തിനു മുമ്പായാണ് ഇവർ വെർജിൻ കോക്കനട്ട് ഓയിൽ കാപ്സ്യൂൾ കഴിക്കുന്നത്, അതായത് കടിച്ചുപൊട്ടിച്ചാൽ വെളിച്ചെണ്ണയൊഴുകുന്ന ഗുളിക. ഇതുലഭ്യമല്ലാതെ വരുമ്പോൾ വെർജിൻ വെളിച്ചെണ്ണ സ്പൂണിലെടുത്തും കഴിക്കുകയാണിവർ. യു.എസ്. ഉൾപ്പടെയുള്ള വിദേശരാജ്യക്കാരുടെ ഭക്ഷണക്രമത്തിൽ ഒഴിച്ചുകൂടാനാവാത്ത സ്ഥാനമാണ് ഇന്ന് വെളിച്ചെണ്ണ ക്യാപ്സ്യൂളിന്. എന്നാൽ ഇന്ത്യ ഇനിയും നാളികേരത്തിന്റെ ഗുണങ്ങളോ സാധ്യതകളോ തിരിച്ചറിഞ്ഞിട്ടില്ലെന്നതു ഖേദകരം തന്നെ. അമേരിക്കയിലും ഇന്തോനേഷ്യയിലുമെല്ലാം വൻ കമ്പനികളാണ് നാളികേര ഉത്പന്നനിർമാണത്തിലുള്ളത്. അമേരിക്കൻ സംരംഭമായ so delicious dairy free, ഇന്തോനേഷ്യൻ കമ്പനിയായ big tree farms എന്നിവർ ഇതിന് ഉദാഹരണങ്ങളാണ്. ഇവരുടെ വെബ്സൈറ്റുകളിൽ നാളികേരത്തിന്റെ ആരോഗ്യ, ഔഷധമൂല്യങ്ങളേക്കുറിച്ച് വ്യക്തമായ പഠന റിപ്പോർട്ടുകളും നൽകിയിരിക്കുന്നു.

അമേരിക്കയിലെ സൂപ്പർ മാർക്കറ്റുകളിൽ വില്പനയ്ക്കു വച്ചിരിക്കുന്ന വെളിച്ചെണ്ണയും വെളിച്ചെണ്ണ ജെൽ ക്യാപ്സ്യൂളും. അമേരിക്കയിൽ നിന്ന് പകർത്തിയ ചിത്രങ്ങൾ.

വെളിച്ചെണ്ണയെക്കുറിച്ച് വിദേശിപറയുന്നതിങ്ങനെ

വിദേശിപറയുന്നതെന്തും വിശ്വസിക്കുന്ന ഒരുപൊതുസ്വഭാവം ഇന്ത്യക്കാർക്കുണ്ടെന്നുള്ളത് പഴയ ഒരു നിരീക്ഷണമാണ്. വെളിച്ചെണ്ണയെക്കുറിച്ച് വിദേശി ഹൃദ്രോഗകാരി എന്നു വിധിയെഴുതിയപ്പോൾ നാമും കുറയൊക്കെ അതേറ്റുപാടി. ഇന്ന് അതേവിദേശിതന്നെ ആരോഗ്യസംരക്ഷകൻ എന്ന് വെളിച്ചെണ്ണയെ വിശേഷിപ്പിക്കുന്നു. ആരോഗ്യത്തിന്റെ മരമെന്നാണ് അമേരിക്കക്കാർ ഇപ്പോൾ തെങ്ങിനെ വിശേഷിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. so delicious dairy free എന്ന അമേരിക്കൻ കമ്പനി നാളികേരത്തെ പറ്റി അവരുടെ വെബ്സൈറ്റിൽ വലിയ ലേഖനമാണ് നൽകിയിരിക്കുന്നത്. എന്തുകൊണ്ട് നാളികേരം - എന്നലിങ്കിൽ ക്ലിക്ക് ചെയ്താൽ മതി നാളികേരത്തെക്കുറിച്ച് വിദേശിയരുടെ കണ്ടെത്തലുകൾ ലഭിക്കാൻ. പാശ്ചാത്യർ നാളികേരത്തിന്റെ ആരോഗ്യഗുണങ്ങൾ മനസിലാക്കിത്തുടങ്ങുന്നതേയുള്ളൂ

എന്തുകൊണ്ട് നാളികേരം?

അമേരിക്കൻ കമ്പനിയുടെ കണ്ടെത്തലുകൾ ചുവടെ

1.നാളികേരം ഉപയോഗിക്കുന്ന രാജ്യങ്ങളിൽ ഹൃദ്രോഗതോത് അമേരിക്കയുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുമ്പോൾ കുറവാണ്.

2. നാളികേരത്തിൽ ലോറിക്കാസിഡ് ധാരാളമുണ്ട്. രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി വർധിപ്പിക്കുന്നതിന് ഇവ സഹായിക്കും. വെളിച്ചെണ്ണ ബാക്ടീരിയൽ, വൈറൽ രോഗങ്ങളെ തടയും.

3. മുലപ്പാലിൽ ധാരാളമുള്ളതാണ് ലോറിക്കാസിഡ്. കുട്ടികളുടെ വളർച്ചക്കും രോഗപ്രതിരോധത്തിനും ഇവ സഹായിക്കുന്നു.

4. കൊളസ്ട്രോൾ കൂടാതെ ശരീരഭാരം ക്രമീകരിക്കുന്നതിന് വെളിച്ചണ്ണയിലെ മീഡിയം ചെയിൻ ഫാറ്റി ആസിഡുകൾ സഹായിക്കുന്നു.

5. അമിതത്തടി കുറക്കുന്നതിനും തടി വെക്കണമെന്നാഗ്രഹിക്കുന്നവർക്ക് അവരുടെ ശരീരഭാരം നിലനിർത്തുന്നതിനും വെളിച്ചെണ്ണ സഹായിക്കും. ചുരുക്കത്തിൽ ശരീരഭാരം ബാലൻസ് ചെയ്യിപ്പിക്കുന്ന ഏജന്റാണ് വെളിച്ചെണ്ണ.

എന്നു തുടങ്ങുന്ന ലേഖനത്തിൽ നാളികേരത്തെകുറിച്ചു വിവരിക്കുന്നതിങ്ങനെ- നാളികേരത്തിൽ സാച്ചുറേറ്റഡ് കൊഴുപ്പാണ് ഉള്ളത്. എന്നാൽ സൂക്ഷ്മപഠനത്തിലൂടെ വ്യക്തമാകുന്നത് എല്ലാ സാച്ചുറേറ്റഡ് കൊഴുപ്പുകളും ആരോഗ്യത്തിനു ഹാനികരമല്ലെന്നാണ്. സാച്ചുറേറ്റഡ് ഫാറ്റ് ചെയ്നുകൾ വ്യത്യസ്ത നീളത്തിലാണ് ഉള്ളത്. ഇവ ശരീരത്തിൽ വ്യത്യസ്ത രീതിയിലാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. ലോഗ് ചെയിൻട്രൈഗ്ലിസെറൈഡ്സ് (LCT)ആയ സാച്ചുറേറ്റഡ് ഫാറ്റുകളാണ് ശരീത്തിനു ഹാനികരം. ഇവയാണ് ഹൃദ്രോഗ ഹേതുക്കളും. ഇവ കൊഴുപ്പായി ശരീരത്തിൽ അടിയും. മൃഗങ്ങളുടെ മാംസത്തിലും മറ്റുമാണ് ഇത് അധികമുള്ളത്. എന്നാൽ വെളിച്ചെണ്ണയിലുള്ളത് വെജിറ്റേറിയൻ സോഴ്സ്ഡ് സാച്ചുറേറ്റഡ് ഫാറ്റാണ്. മീഡിയം ചെയിൻ ഫാറ്റി ആസിഡാണ് ഇതിലുള്ളത്. (MCFA). ഇവ ശരീരത്തിൽ

നാളികേരത്തിൽ സാച്ചുറേറ്റഡ് കൊഴുപ്പാണ് ഉള്ളത്. എന്നാൽ സൂക്ഷ്മപഠനത്തിലൂടെ വ്യക്തമാകുന്നത് എല്ലാ സാച്ചുറേറ്റഡ് കൊഴുപ്പുകളും ആരോഗ്യത്തിനു ഹാനികരമല്ലെന്നാണ്.

കൊഴുപ്പായി അടിയില്ല, മറിച്ച് പ്രവർത്തന ഊർജമായി മാറുകയാണ് ചെയ്യുക.

ഇന്തോനേഷ്യയിലെ ബിഗ് ട്രീ

ഇനി ഇന്തോനേഷ്യയിലെ കാര്യമെടുക്കാം. ബിഗ്ട്രീ പോലുള്ള വലിയ കമ്പനികളാണ് നാളികേരത്തിന്റെ മൂല്യവർധിത ഉത്പന്ന നിർമാണത്തിൽ ഇവിടെയുള്ളത്. നീരയിൽ നിന്നുള്ള തേൻ, പഞ്ചസാര, തേങ്ങാപ്പാൽ, തേങ്ങാവെള്ളം എന്നിവയക്കെല്ലാം വലിയ ഡിമാൻഡാണവിടെ. ഇവയൊക്കെ മനോഹരമായ പാക്കറ്റുകളിലാക്കി വിപണി കീഴടക്കുകയാണ് നാളികേര സംരംഭകർ. തെങ്ങിൽ നിന്നുള്ള എല്ലാ ഉത്പന്നങ്ങൾക്കും വൻ ഡിമാൻഡാണ് പുറം രാജ്യങ്ങളിൽ.

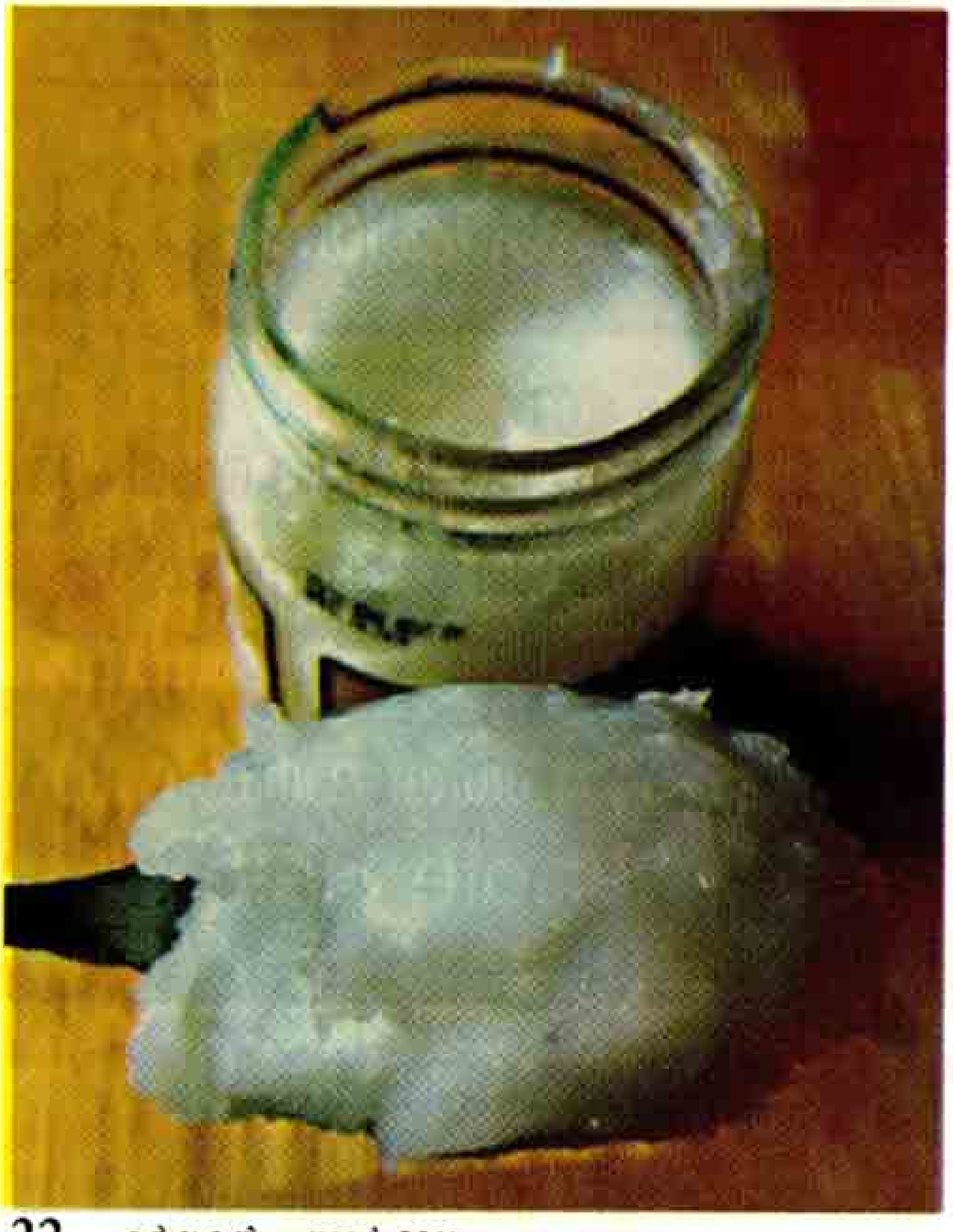
പാലിനു പകരം തേങ്ങാപ്പാൽ

വിദേശങ്ങൾ പശുവിൻ പാലിനു പകരം തേങ്ങാപ്പാൽ ഉപയോഗിച്ച് ചായവരെ നിർമിക്കുന്നതിനുള്ള സാങ്കേതിക വിദ്യ വികസിപ്പിച്ചു കഴിഞ്ഞു. തേങ്ങാപ്പാലിലെ എണ്ണ നീക്കിയതിനു ശേഷമാണ് ഇത് പശുവിൻ പാലിനു പകരം ഉപയോഗിക്കുന്നത്. പശുവിൻ പാലിന്റെ ദൗർലഭ്യം പറഞ്ഞു കരയുന്നവർ ഇങ്ങനെയുള്ള കാര്യങ്ങൾ കൂടി അറിയുന്നത് നല്ലതാണ്.

നാളികേര കയറ്റുമതിയിൽ വർധനവ്

വെർജിൻ കോക്കനട്ട് ഓയിലിന്റെ കയറ്റുമതിയിൽ മൂല്യത്തിലും അളവിലും മുൻവർഷത്തേക്കാൾ വൻ വർധനയാണ് ഇത്തവണ രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. 2014 - 15 ൽ 4.91 കോടിയിൽ നിന്ന് 24.72 കോടിയായി ഉയർന്നു. 2015 - 16 വർഷം വെർജിൻ കോക്കനട്ട് ഓയിലിന്റെ കയറ്റുമതിയിൽ കാര്യമായ വർധനവാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്. അമേരിക്കൻ, യൂറോപ്യൻ രാജ്യങ്ങളിൽ നിന്നും ഓർഗാനിക്ക് വെർജിൻ കോക്കനട്ട് ഓയിലിനായി വർധിച്ച അന്വേഷണങ്ങൾ വരുന്ന സാഹചര്യത്തിൽ 2015 - 16 വർഷത്തെ കയറ്റുമതി 2014 - 15 ലെ കയറ്റുമതിയായ 815.97 മെട്രിക് ടണ്ണിൽ നിന്നും ഏറ്റവും ചുരുങ്ങിയത് 2000 മെട്രിക് ടണ്ണായി ഉയരുമെന്നാണ് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത്.

2014 - 15 വർഷത്തെ ഇന്ത്യയിൽ നിന്നുള്ള നാളികേര ഉത്പന്ന കയറ്റുമതിയിൽ 13.5 ശതമാനം വർധനവാണ് രേഖപ്പെടുത്തിയത്. കയറും കയറുത്പന്നങ്ങളും ഒഴികെയുള്ള നാളികേരോത്പന്നങ്ങളുടെ കയറ്റുമതി 1311.45 കോടി രൂപയായി ഉയർന്നു. 2013 - 14 സാമ്പത്തിക വർഷം നാളികേരോത്പന്ന



കയറ്റുമതി 1156.12 കോടി രൂപയുടേതായിരുന്നു. ഇതിൽ ഉത്തേജിത കാർബണിന്റെ മാത്രം വിഹിതം 558 കോടി രൂപയുടേതാണ്. ഉത്തേജിത കാർബൺ നിർമാണത്തിലെ അസംസ്കൃത വസ്തുവായ ചിരട്ടക്കരിയുടെ ആഭ്യന്തര വില ഉയർന്ന നിലയിൽ തുടരുകയും ഇന്ത്യൻ നിർമിത ഉത്തേജിത കാർബണിന്റെ അന്താരാഷ്ട്ര മത്സര ക്ഷമത കുറയുകയും ചെയ്തതിനാൽ കയറ്റുമതിയിൽ നേരിയ ഇടിവു സംഭവിച്ചു. 2014 - 15 വർഷത്തിൽ ഉണ്ട കൊപ്രയുടെ പാക്കിസ്ഥാനിലേക്കുള്ള കയറ്റുമതി 183.06 കോടിയുടേതായിരുന്നു.

കേരളം എന്താ ഇങ്ങനെ

വൻസാധ്യതകൾ കൽപവൃക്ഷം തുറക്കുമ്പോഴും കേരളം ഇതു പ്രയോജനപ്പെടുത്താത്തത് എന്തുകൊണ്ട്? കയറ്റുമതി രംഗത്ത് വൻസാധ്യതകളാണ് നാളികേരം കൊണ്ടുവരുന്നത്. തദ്ദേശീയവും വിദേശീയവുമായുള്ള കമ്പനികൾക്ക് ഇവിടെ പ്രവർത്തിക്കാൻ ആവശ്യമായതു ചെയ്തുകൊടുത്താൽ ഈ സാധ്യതകൾ പരമാവധി പ്രയോജനപ്പെടുത്താനാവും. ബ്രാൻഡഡ് ഉത്പന്നങ്ങൾ കേരളത്തിൽ നിന്നെത്തിയാൽ വിദേശികൾ അത് ഇരുകൈകളും നീട്ടി സ്വീകരിക്കുമെന്നുറപ്പാണ്. കേരള ജനതയുടെ ജീവിത നിലവാരം ഉയർത്താൻ സംസ്ഥാനം തെങ്ങിനെ ഇനിയും തിരിച്ചറിയേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. വെളിച്ചെണ്ണ, നീര, ഇതിൽ നിന്നുള്ള മൂല്യവർധിത ഉത്പന്നങ്ങൾ എന്നിവ തുറക്കുന്ന സാധ്യതകൾ ഇനിയും കണ്ടില്ലെന്നു നടിക്കരുത്.