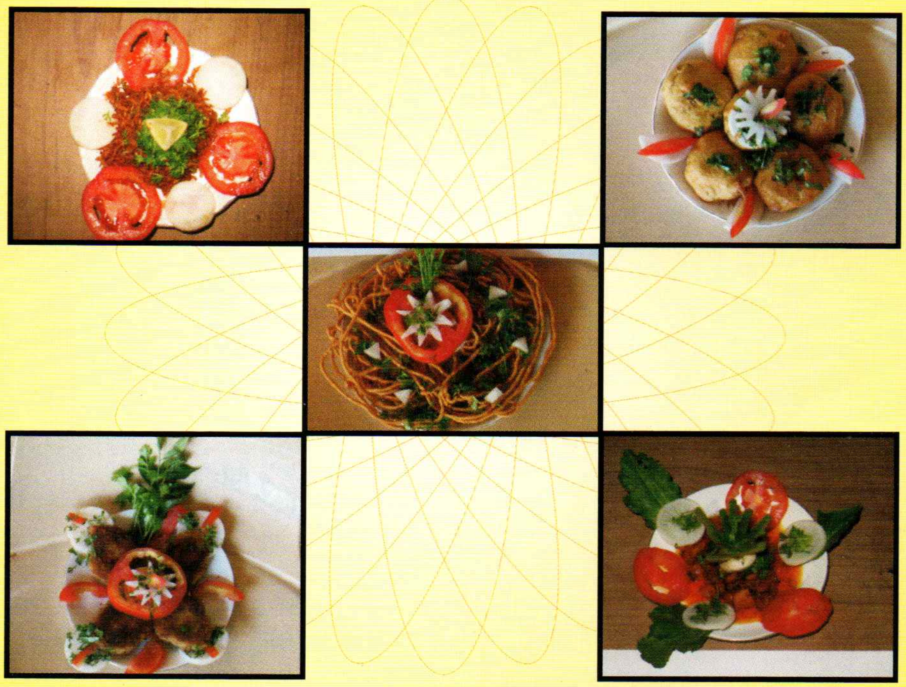
# मुल्यवर्धित मत्स्यपदार्थ निर्मिती



प्रा. माधव गित्ते    प्रा. जीवन आरेकर
डॉ. मनोज तलाठी

कृषि विज्ञान केंद्र, किल्ला- रोहा

डॉ. बाळासाहेब सावंत कोकण कृषि विद्यापीठ
दापोली - ४१५७१२, जि. रत्नागिरी

भाकृअनुप
ICAR

# मुल्यवर्धित मत्स्यपदार्थ निर्मिती

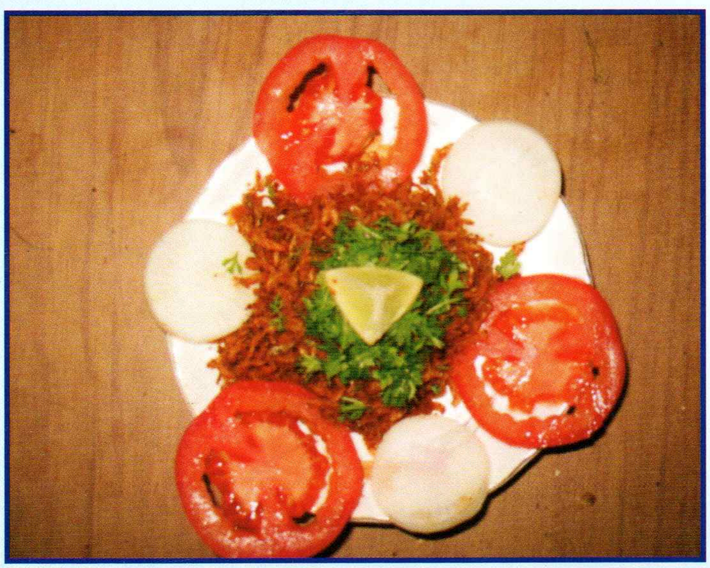
## जवळा चटणी

साहित्य : -

जवळा १ किलो, शेंगदाणा पावडर ३०० ग्रॅम, लाल तिखट २०० ग्रॅम, शेंगतेल १०० ग्रॅम, हळद १ ग्रॅम, मोहरी ३ ग्रॅम, जिरे ५ ग्रॅम, सायट्रीक ॲसिड २ ग्रॅम सुका कांदा पावडर १०० ग्रॅम, मीठ २० ग्रॅम हिंग ५ ग्रॅम.

कृती :-

सुका जवळा स्वच्छ करावा म्हणजेच कचरा, इतर मासे इ. काढून टाकावे. एका पातेल्यात तेल गरम करून हा स्वच्छ केलेला जवळा टाकावा व खुसखुशीत होईपर्यंत परतावा. भाजलेला जवळा थंड होऊ द्यावा. एका पातेल्यात तेल गरम करून, नंतर त्यात मोहरी, जिरे, लसूण, हळद, शेंगदाणा पावडर, हिंग, लाल तिखट आणि सुका कांदा पावडर मिसळावे. नंतर या मिश्रणात थंड झालेला जवळा टाकून चांगला खुसखुशीत होईपर्यंत परतावा. चटणी तयार झाल्यावर त्यामध्ये सायट्रीक ॲसिड टाकून ते चांगल्याप्रकारे मिसळावे. चटणी थंड झाल्यावर ५० ते १०० ग्रॅमच्या पॉलिथीन पिशवीत भरून हवाबंद करावी. ही चटणी २ महिने चांगल्या स्थितीत रहाते. ज्वारीच्या किंवा तांदळाच्या भाकरी-बरोबर ही चटणी दिल्यास जेवणाची लज्जत वाढते.



## कोळंबी लोणचे

साहित्य :-

सोललेली कोळंबी १ किलो, मोहरी एक चमचा, मेथी अर्धा चमचा, जाडसर वाटलेली हिरवी मिरची ३० ग्रॅम,लसूण पेस्ट १०० ग्रॅम, आलेपेस्ट २५ ग्रॅम, हळद ५ ग्रॅम, लाल तिखट ३० ग्रॅम, जिरे ३० ग्रॅम, मीठ ८० ग्रॅम, दिड चमचा साखर, शेंगतेल २०० मिली, व्हिनेगर ५० मिली, बेंन्झोईक ॲसिड ५ ग्रॅम आणि लोणच्याच्या तयार मसाला ५० ग्रॅम.

कृती :-

१ किलो सोललेली कोळंबी स्वच्छ धुवून घ्यावी. ४० ग्रॅम मीठ एक लिटर पाण्यामध्ये विरघळावे आणि या पाण्यात धुतलेली कोळंबी उकडून घ्यावी आणि उकड-लेल्या कोळंबीतून पाणी वेगळे करावे. त्यानंतर कोळंबी लालसर होईपर्यंत गरम तेलात तळून घ्यावी व झारीने काढून घ्यावी. शिल्लक गरम तेलात मोहरी आणि मेथी मिनीटभर तळावी. नंतर त्यात हिरवी मिरची, लसूण आणि आले यांची पेस्ट तळून घ्यावी. वरील सर्व घटक पदार्थ तळताना थोडा अवधी असेपर्यंत त्यात हळद, तिखट आणि जिरे यांची पेस्ट घालून सर्व मिश्रण २ ते ३ मिनीटे मंद आचेवर तळून घ्यावे. मिश्रणाचे भांडे नंतर शेगडीवरून उतरवावे आणि त्यात तळलेली कोळंबी व्यवस्थीत मिसळावी. यात साखर आणि उर्वरीत अर्धे मीठ घालून पुन्हा चांगले मिसळावे.

वरील मिश्रण थोडावेळ थंड होऊ द्यावे. मिश्रण थोडे गरम असेपर्यंत त्यात व्हिनेगर, बेंन्झोईक ॲसिड आणि लोणच्याच्या तयार मसाला घालावा. मिश्रण पूर्णतः थंड होऊ द्यावे. लोणचे नंतर स्वच्छ निर्जतुक बाटल्यांमध्ये भरून ठेवावे. बाटली निर्जतुक करण्यासाठी, गरम पाण्यात चांगली उकळावी व नंतर स्वच्छ फडक्याने कोरडी करावी. सुकू द्यावी व नंतरच अशा बाटलीत लोणचे भरावे. बाटलीत लोणच्याच्या वर साधारण १ सेमी. जाडीचा तेलाचा थर राहील असे बघावे. एक ते दिड महिना मुरल्यानंतर लोणचे खाण्या-योग्य होते.

## वासविरहित मत्स्य मांस

माशांपासून विविध मत्स्य पदार्थ बनविण्यासाठी वास विरहीत मत्स्य मांसाची आवश्यकता असते. वास विरहीत मत्स्य मांस तयार करण्यासाठी ढोमा, बळा, राणी मासा किंवा सौंदाळा या सारखे स्वस्त व कमी प्रतीचे मासे वापरतात. त्याचप्रमाणे मांसल भाग, काटे, त्वचा व खवले इ.पासून वेगळे करण्याचे यंत्र, गाळण यंत्र या सारखी उपकरणे देखील वापरतात. पदार्थ चांगला बनविण्यासाठी ताज्या माशांची गरज असते. प्रथम मासे स्वच्छ पाण्याने धुवून घ्यावेत. माशाचे डोकं, खवले, पंख कापून, पोटातील घाण काढून टाकणे, पुन्हा मासे स्वच्छ पाण्याने धुवावेत. या माशांचे सुरीने कापून लहान लहान तुकडे करावेत. माशांचे तुकडे उकळत्या पाण्यात साधारणत: १० मिनिटे शिजवावेत. मासे शिजवल्यामुळे मांस व काटे वेगळे करणे सोपे जाते. मांस व काटे हाताने वेगवेगळे करावे. यानंतर वेगळे केलेले मांस ४-५ वेळा थंड पाण्याने आणि गरम पाण्याने आळीपाळीने धुवून घ्यावे. त्यामुळे स्निग्ध पदार्थ निघून जातील. हे धुतलेले मांस दाबून त्यातील जास्तीत जास्त पाणी काढून घ्यावे. या प्रकारच्या मांसाला कुठल्याही प्रकारचा किंवा माशांचा विशिष्ट असा वास येत नाही.

## मत्स्यवडा

साहित्य :-

मत्स्य मांस १ किलो, उकडलेले बटाटे १ किलो, कांदे ४ नग, हिरवी मिरची २० नग, लिंबू २ नग, कोथींबीर १ जुडी, आले पेस्ट ५० ग्रॅम, लसूण पेस्ट ५० ग्रॅम, तिखट ३ चमचे, चवीनुसार मीठ, हळद पावडर दोन चमचे, बेसन पीठ १ किलो, खाण्याचा सोडा चिमूटभर, खाद्य तेल १ लिटर.

कृती :-

मस्त्य मांस व उकडलेले बटाटे (साल काढून) एकत्र करून मळावे. यामध्ये किसलेला कांदा, आले, लसूण पेस्ट, हिरवी मिरची पेस्ट, मीठ, बारीक चिरलेली कोथींबीर टाकून पुन्हा एकदा मिश्रण मळावे. मळताना लिंबू पिळावे. पुन्हा एकजीव करावे. या मिश्रणाचे छोटे छोटे गोळे तयार करून घ्यावेत. बेसन पीठ चाळून त्यात चिमूटभर खाण्याचा सोडा, चवीपुरते मीठ, लाल तिखट, चिमूटभर हळद घालून पातळ द्रावण तयार करावे. तयार केलेले गोळे या पिठात बुडवून काढावेत. कढईत तेल तापत ठेवावे. तेल तापल्या नंतर लालसर होईपर्यंत वडे तळावेत.

## मत्स्य कटलेट

साहित्य :-

वासविरहीत माशांचे मांस १००० ग्रॅम, बटाटे ५०० ग्रॅम, कांदे ३०, हिरवी मिरची ४० ग्रॅम, कढीपत्ता ५/६ पाने, हळद ५ ग्रॅम, मिरी पावडर ५ ग्रॅम, तिखट पूड १०० ग्रॅम, गरम मसाला ४० ग्रॅम, शुध्द तेल ८० मिली, अंडी १ नग, ब्रेड पावडर १०० ग्रॅम, मैदा ५० ग्रॅम, मीठ २० ग्रॅम.

कृती :-

वास विरहीत माशांचे मांस, हळद आणि मीठ घालून शिजवून घ्या. उकडलेले बटाटे, सोलून बारीक करा आणि शिजविलेल्या खिम्यात घालून ढवळा. चिरलेला कांदा, मिरची, गरम मसाला, लाल मिरची पावडर मध्ये एकत्र करा. आवडीनुसार गोल, चौकोनी किंवा बदामाकृती आकार देऊन फेटलेल्या अंडयात आणि मैद्यात घाला. लालसर होईपर्यंत तेलात तळून काढावा.

## मत्स्यशेव

साहित्य :-

हरभरा डाळीचे पीठ ५० ग्रॅम, माशाचा खिमा ४० ग्रॅम, मीठ १ चमचा, मिरची पुड दिड चमचा, आले- लसुण पेस्ट दिड चमचा, तेल तळण्यासाठी

कृती :-

पीठ चाळुन त्यात मीठ घालावे. थोडे मीठ वापरून पिठात इतर सर्व घटक मिसळुन मळुन नरम गोळा करावा. हा गोळा शेवेच्या साच्यात घालून शेव पाडावी. शेव गरम तेलात लालसर रंगात तळून घ्यावी. शेव थंड झाली की हवाबंद डब्यात किंवा प्लॅस्टिक पिशव्यात भरावी.

अधिक माहितीसाठी

**कृषि विज्ञान केंद्र, किल्ला- रोहा**

ता. रोहा-जि. रायगड

दुरध्वनी क्र. ०२१९४- २६३००८