

గడ్డి బుట్ట

నిప్పు అవసరంలేని కుక్కర్

నానాటికి పెరుగుతున్న జనాభా, తరిగిపోతున్న అటవీ సంపద, పెరుగుతున్న వంట ఇంధనం ఖర్చు - వీటన్నిటికీ ప్రత్యామ్నాయమే గడ్డిబుట్ట - నిప్పు అవసరంలేని కుక్కర్. గడ్డి పశుగ్రాసంగా వాడటం ఎంతో సహజం. కాని దాని అవాహక లక్షణం బట్టి గడ్డిని వంటకు వాడటం ఇంధనం పొందుపుకు అనువైనా, సులువైన, ఆచరణ యోగ్యమైన, పద్ధతి.



అవాహక లక్షణం అంటే వేడిని బయటకు పోనివ్వకపోవడం. అందుకే చలికాలంలో పొలాలలో కాపలాకు వెళ్ళేవాళ్ళు గడ్డిని వత్తుగా పరచుకొని పరుపుగా మలుచుకుంటారు. అలాగే వందల సంఖ్యలో భోజనం పెట్టాలనుకున్నప్పుడు కూడా ముండుగా గాడ్డిని వత్తుగా వెడల్పుగా పరచుకొని, దానిపై శుబ్రమైనా బట్టను పరచి, వండిన అన్నం పలుచగా ఆరబోస్తారు. అన్నం ఆరేడు గంటలు కూడా గోరువెచ్చగా, తాజాగా ఉంటుంది. ఇటువంటి ఉదాహరణలు మరెన్నో ఉన్నాయి. దీనిని వేడిని నిలుపుకొనే పద్ధతి అంటారు.

మొత్తానికి గడ్డి యొక్క వేడిని నిలుపుకొనే అవాహక లక్షణాన్ని బట్టి, 19 వ శతాబ్దం మొదట్లో కార్ల్ ఓన్ డ్రెయిస్ అనే శాస్త్రవేత్త మొదటి సారిగా వేడిని బయటకు పోనివ్వకుండా, గడ్డిని వాడి వంట చేసే కుక్కర్ ను రూపొందించాడు. రెండవ ప్రపంచ యుద్ధకాలంలో ఇంధనం పొందుపుకోసం దీనిని ఎక్కువగా వాడేవారు.

గడ్డి బుట్ట వేడిని మాత్రమే నిలుపుతుంది. అందుకే సగం ఉడికిన బియ్యం లేదా కూరలు లేదా గుడ్లను గడ్డి బుట్టలో అమర్చుతారు. బుట్టలో గడ్డిని అన్నివైపుల పేర్చుతారు. గిన్నె పెట్టడానికి అనువుగా మధ్యలో గుంత ఉండేట్లుగా ఏర్పాటు ఉంటుంది. ఉడుకుపట్టిన గిన్నెను మూతతో సహా గుంతలో అమర్చి దానిపైన, గడ్డితో చేసిన మెత్తతో మూస్తారు.



గడ్డి వేడి నిలుపుతుంది కాబట్టి, బయట సగం ఉడికిన పదార్థం గడ్డి బుట్టలో పూర్తిగా ఉడుకుతుంది. అంటే పూర్తిగా ఉడకటానికి అవసరమైన ఇంధనం ఆదా అయినట్లే. ఆవిధంగా ఇంధనం పొందుపు ఉడికే పదార్థాలను, సమయాన్ని బట్టి 20 నుండి 80 % వరకు ఆదా అవుతుందని అంచనా. కాని మామూలు పద్ధతిలో కంటే దీనిలో సుమారు మూడు రెట్లు సమయం ఎక్కువ పడుతుంది. పనికి వెళ్ళేముందు గడ్డి బుట్టలో పెడే, సాయంత్రం ఇంటికి వచ్చేప్పటికి ఉడికిపోతుంది.

గడ్డి బుట్ట ఎక్కడ దొరుకుతుంది?

ఎక్కడా దొరకదు, దొరకవలసిన అవసరమూ లేదు. ఎందుకంటే దానిని మనమే సులువుగా చేసుకోవచ్చు.

గడ్డి బుట్ట తయారు చేయడం

ముందుగా అన్నం లేదా పప్పు వండటానికి వాడే పాత్రలను తీసుకోవాలి.

పాత్రను బట్టి వెదురుతో అల్లిన బుట్ట లేదా చెక్కపెట్టె లేదా అట్టపెట్టె ను ఎన్నుకోవాలి. అంటే పాత్రను మధ్యలో పెడే, దాని చుట్టూ నాలుగునుంచి ఆరు అంగుళాల మందం గడ్డిని చుట్టు పేర్చడానికి అనువుగా ఉండేంత పరిమాణం గల బుట్ట లేదా పెట్టెను తీసుకోవాలన్న మాట.

ఇప్పుడు బుట్ట లేదా పెట్టెలో గడ్డిని 4- 6 అంగుళాల మందంలో పేర్చాలి. ఇలా పేర్చేప్పుడు మధ్యలో పాత్ర పెట్టడానికి అనువుగా బొమ్మలో చూపిన విధంగా గుంతను ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. అందువలన పాత్ర వరిగిపోకుండా కుదురుగా ఉంటుంది. కావాలనుకుంటే ఈ గుంతలో పలుచని బట్టను పరుచుకోవచ్చు. అందువల్ల గడ్డి పీచు, ముక్కలు వండుతున్న ఆహారంలో పడకుండా ఉంటాయి.

ఈ పెట్టె లేదా బుట్టపై మూతగా పెట్టడానికి సరిపడా మెత్తను 4-6 అంగుళాల మందంలో గడ్డితోనే తయారు చేసుకోవాలి. గడ్డిని పాత గోనె లేదా బట్టలో కూరి చుట్టు కుట్టుకుంటే సరిపోతుంది. ఆహారం ఉడుకుతున్నప్పుడు ఇది కూడా అవాహకంగా పని చేస్తుంది.



కావాలనుకుంటే చేతితో పట్టుకోవడానికి వీలుగా హ్యాండిల్ ను ఏర్పాటుచేసుకోవచ్చు. అవాహకంగా గడ్డినే కాకుండా వేరుశనగ దొల్లలు, విత్తనం వలిచిన మొక్కజొన్న కండెల ముక్కలు, ఉన్ని, దూది, పాత పేపరు కూడా అవాహకంగా వాడుకోవచ్చు.

వినియోగించుకోవడం

ముందుగా వండవలసిన అహారాన్ని సరిపడా నీళ్ళుపోసి కొద్ది సేపు నానబెట్టాలి.

తర్వాత ఒక ఉడుకు వచ్చినదాకా మామూలుగా వాడుకొనే పొయ్యిమీద ఉడికించాలి.

ఉడుకువచ్చిన ఐదు నిమిషాలకు పొయ్యిమీదనుండి దించి గడ్డి బుట్టలో ఉంచాలి.

పైన మెత్త కూడా పెట్టాలి. కొద్దిసేపటికి తర్వాత చూస్తే ఉడికి ఉంటుంది, ఐదారు గంటల దాకా వేడిగాకూడా ఉంటుంది.

అందుకే దీనిని నిప్పులేని కుక్కరు అంటారు.



అన్నం వడడానికి పొయ్యిమీద ఎనిమిది నిముషాలు, ఆ తర్వాత గడ్డి బుట్టలో 25 నిమిషాలు పడ్డంది. అదే అన్నం పూర్తిగా ఉడకడానికి పొయ్యి మీదవండితే 20 నిమిషాలు పడ్డంది. అంటే అన్నం వండడానికి గడ్డి బుట్ట ద్వారా 12 నిముషాల ఇంధనాన్ని ఆదా చేయవచ్చు. ఇది పరిశోధనల ద్వారా తెలిసిన విషయం.



జాగ్రత్తలు

వండటానికి ఉపయోగించే గిన్నె మీద మూత బిగుతుగా ఉండేట్లుగా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. వదులుగా ఉంటే వేడి బయటకు పోయే ప్రమాదం ఉంటుంది.

బుట్టమీద మూతగా ఉపయోగించే మెత్త కూడా బిగుతుగా ఉండాలి.

ప్రతి మూడు రోజులకొకసారి గడ్డి బుట్టను ఎండలో ఆరబెట్టాలి. ఆందువల్ల పురుగు, బూజు పట్టకుండా ఉంటుంది.



గడ్డి బుట్ట లేదా నిప్పులేని కుక్కరు మూలసూత్రం

పొయ్యిమీద వండుతున్నప్పుడు అహారం మరుగు స్థానానికి వచ్చిన తర్వాత, ఆ వేడి నిలబడడానికి మంట అవసరం లేదు. అలా అని మంట ఆపేస్తే ఉడకదు. ఆ వేడిని నిలబెట్టే చాలు; ఆహారం ఉడుకుతుంది. గడ్డి ఆవాహక లక్షణం వలన వేడిని నిలబెట్టకలదు. కాబట్టి మరుగు స్థానానికి వచ్చిన ఆహారాన్ని గడ్డి పెట్టెలోకి మార్చడం వలన వేడి నిలబడి ఆహారం ఉడుకుతుంది.

గడ్డి బుట్ట ఉపయోగాలు

1. వంటచెరకు, గ్యాస్ వంటి ఇంధనాలను 80% శాతం వరకు ఆదా చేయవచ్చు. దాంతో డబ్బు ఆదా, కాలుష్యం నివారణ అదుపులో ఉంటుంది. పొగ బారినపడకుండా ఆరోగ్యం పరిరక్షించుకోవచ్చు.

2. అహారం ఎక్కువగా ఉడకడం, మాడిపోవడం, తక్కువగా ఉడకటం అనే ప్రసక్తి ఉండదు, ఎందుకంటే వేడిని నిలబెట్టి వడుతున్నామే తప్ప, వేడిని జనింపచేయడం లేదు.



3. ఆహారం వేడిగా ఉంటుంది, తాజాగా కూడా ఉంటుంది.

4. మామూలుగా పొయ్యిమీద పెట్టినప్పుడు అప్పుడప్పుడు కలబెట్టవలసి వస్తుంది. ఇట్లా అయితే ఆ అవసరం లేదు. దాంతో సమయం కూడా ఆదా అవుతుంది.

5. తక్కువ ఉష్ణోగ్రతలో ఉడుకుతుంది కాబట్టి ఆహారం రుచిగా ఉండటమేకాదు, పోషక విలువలు కూడా నష్టపోవు.

6. వండేప్పుడు నీరు వాయు రూపంలో అంటే ఆవిరిగా పోయే ప్రసక్తి లేదు కాబట్టి దాదాపు నాల్గవ వంతు వరకు నీరుకూడా ఆదా అవుతుందని పరిశోధనలు చెబున్నాయి.

అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో గ్యాస్, సౌరకుక్కర్ల తో కలయికగా దీని వినియోగం చాలా ఎక్కువగా ఉంది. మన గ్రామీణ ప్రాంతాలలో కూడా వీటి వినియోగం పెరిగితే వంట ఇంధన వనరులను చాలా ఆదా చేసుకోవచ్చు.

గడ్డి బుట్ట (నిప్పు అవసరంలేని కుక్కర్) తో వివిధ పదార్థాలు వండడానికి అవసరమయ్యే సమయం వివరాలు

ఆహార పదార్థం	పొయ్యి మీద మరిగించవలసిన సమయం	గడ్డి బుట్టలో ఉంచవలసిన సమయం
అన్నం	5 నిముషాలు	1-2 గంటలు
దంపుడు బియ్యపు అన్నం	10- 15 నిముషాలు	2 గంటలు
బంగాళ దుంపల వంటివి	5-10 నిముషాలు	1-2 గంటలు
చిక్కుళ్ళు వంటి కూరగాయలు	10- 15 నిముషాలు	3-4 గంటలు
మాంసం	20- 30 నిముషాలు	4-5 గంటలు
దప్పళాలు, పులుసులు, సూపులు	5 నిముషాలు	1 గంట

డాక్టర్ డి. రత్న కుమారి, ప్రొఫెసర్, వనరుల నిర్వహణ మరియు వినియోగదారుల శాస్త్ర విభాగము.

మరిన్ని వ్యాసముల కొరకు మా వెబ్ సైట్ ను సందర్శించండి.

చిరునామా: www.vigyanasaadhitha.com



మీ వ్యాసాలను పంపండి, విజ్ఞాన సాధితలో భాగస్వాములు కండి.

నమోదు కొరకు క్లిక్ చేయండి:

<http://www.vigyanasaadhitha.com/register.php/>