



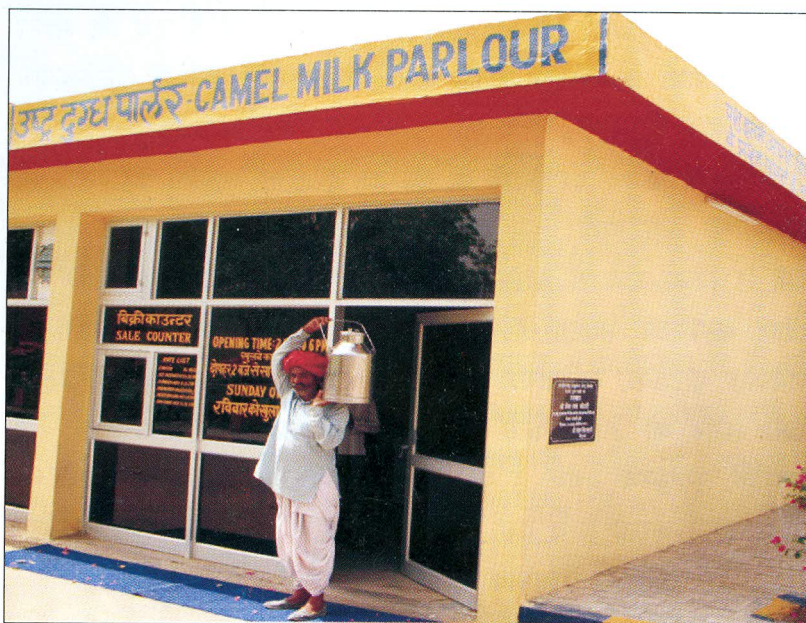
जनजातिय उप-योजना (2011-12)



ऊँटनी के दूध से निर्मित चाँकलेट  
एवं चीनी रहित कुल्फी

लेखक:

गोरख मल, देवेन्द्र कुमार, चम्पक भक्त,  
राघवेन्द्र सिंह एवं एन. वी. पाटिल



प्रकाशक :

डॉ. एन. वी. पाटिल  
निदेशक

राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केंद्र, बीकानेर  
(भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद)

जोड़बीड़, पोस्ट बॉक्स 07, बीकानेर 334001, राजस्थान, भारत

## ऊँटनी के दूध से चॉकलेट एवं चीनी रहित कुल्फी बनाने की विधियाँ

ऊँटनी का दूध जो कि देखने पर बिल्कुल सफेद नजर आता है व अपेक्षाकृत अन्य पशुओं जैसे गाय और भैंस आदि की तुलना में पतला होता है। दूध का पतलापन दूध के संगठन तथा कोलाइडी पदार्थों की भौतिक दशा पर निर्भर करता है। दूध की श्यानता को प्रभावित करने में प्रोटीन व वसा की मात्रा, उनकी भौतिक दशा एवं दूध के तापक्रम मुख्यः भूमिका अदा करते हैं। ऊँटनी के दूध का स्वाद हल्का नमकीन तथा चरका होता है जिसके कारण साधारणतया पीने में थोड़ी कठिनाई होती है। इसके बावजूद विभिन्न प्रकार की विषेष्टताएँ रखने वाले ऊँटनी के दूध की महत्ता को आम लोगों के सामने लाकर वैज्ञानिकों ने इस क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान दिया है।

उपयोगिता के आधार पर ऊँटनी के दूध को गुणों का खजाना कहा जाए तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। इस भागदौड़ भरी जिन्दगी में जहाँ हर व्यक्ति किसी न किसी रोग से ग्रसित पाया जाता है उनके लिए ऊँटनी का दूध वरदान कहा जा सकता है क्योंकि ऊँटनी के दूध में प्रचुर मात्रा में गुणात्मक प्रोटीन्स, कैल्शियम व अन्य आवश्यक तत्व मौजूद हैं जिनकी मानव शरीर को आवश्यकता होती है। जहाँ एक तरफ ऊँटनी का दूध बलवर्धक, स्वास्थ्य वर्धक है वहीं दूसरी तरफ अनेक रोगों से लड़ने की क्षमता प्रदान करता है व वसा की कम मात्रा के कारण भी सभी के लिए लाभप्रद है। विभिन्न वैज्ञानिक शोधों से यह साबित हुआ है कि शुगर एवं तपेदिक आदि रोगों में ऊँटनी का दूध लाभप्रद है।

जहाँ एक तरफ ऊँटनी के दूध की उपयोगिता सर्वविदित है वहीं राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केन्द्र ने ऊँटनी के दूध को एक आय के स्रोत के रूप में लाने के लिए कदम उठाया है। जिसके लिए राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केन्द्र ने एक "उष्ट्र दुग्ध पार्लर" की स्थापना सन् 2006 में की। जिससे विभिन्न ग्रामीण, राईका, रेबारी व अन्य उष्ट्र पालक लोगों को ऊँट पालने के लिए प्रोत्साहन मिल सके।



इसी सन्दर्भ में राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केन्द्र ने दुग्ध से विभिन्न उत्पाद बनाए हैं जिनमें मुख्यतः कुल्फी, सुगन्धित दूध, दही, चाय-कॉफी एवं स्किन क्रीम आदि शामिल हैं व बाजार में इनकी अच्छी-खासी माँग है। जहाँ एक तरफ इसके दूध के उत्पाद पसंद आते हैं तो दूसरी तरफ लोगों को स्वाद के साथ-साथ स्वास्थ्य में सुधार मिला है। ऊँटनी के दूध को और लोकप्रिय बनाने के लिए हाल ही में राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केन्द्र ने चॉकलेट व शुगर फ्री (चीनी रहित) कुल्फी बनायी है जो कि खाने में स्वादिष्ट एवं रुचिकर है। चॉकलेट व चीनी रहित कुल्फी बनाने की विधि निम्न प्रकार है:- ऊँटनी के दूध से बनी चॉकलेट कुल्फी के लिए निम्न सामग्री की आवश्यकता होती है:

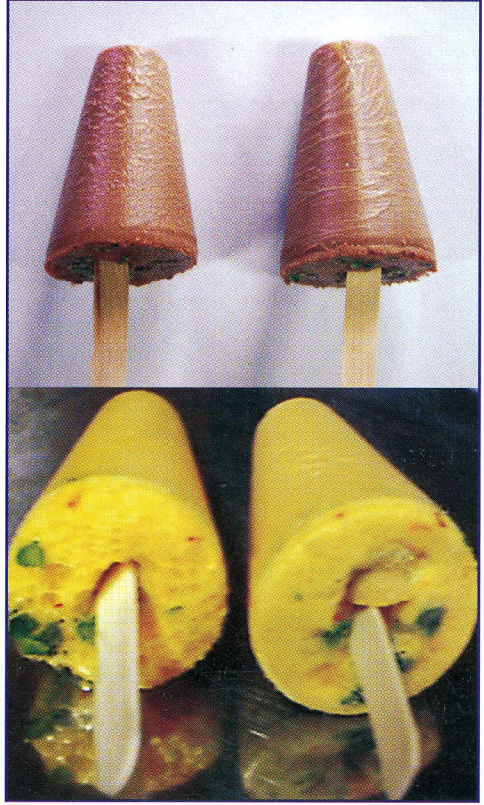
**सामग्री:** दूध- 1 लीटर, चीनी- 100 ग्राम, पिस्ता- 8 ग्राम, काजू- 30 ग्राम, केसर- 0.025 ग्राम, कस्टर्ड- 20 ग्राम एवं चॉकलेट- 50 ग्राम

### **बनाने की विधि:**

सर्वप्रथम ऊँटनी का 1 लीटर ताजा दूध भली प्रकार छानकर एक भिगाने में लेते हैं एवं दूध को अच्छी तरह से उबालते हैं तथा कड़छी की सहायता से लगातार हिलाते रहते हैं ताकि दूध न तो तले से चिपके और न ही उफन कर भिगोने से बाहर निकले। जब दूध उबलने लगता है तो इसमें 50 ग्राम चॉकलेट व 100 ग्राम चीनी मिलाते हैं व सावधानी से हिलाते रहते हैं ताकि चॉकलेट व चीनी पूर्णतया मिल जाए। इस प्रकार उबालते-उबालते दूध को गाढ़ा कर लेते हैं। जब दूध लगभग आधा लीटर के करीब रह जाता है तो इसमें 20 ग्राम कस्टर्ड पाउडर (दूध के साथ बना घोल) धीरे-2 डालकर लगातार हिलाते हैं ताकि घोल (कुल्फी का घोल) बनते समय गांठ न पड़े। अब इस घोल को ठण्डा होने के लिए रख देते हैं तत्पश्चात ठण्डे हुए घोल को मिक्सी की सहायता से फेंटते हैं। फेंटते समय इसमें सूखे मेवे जैसे काजू, पिस्ता एवं केसर आदि भी मिला देते हैं ताकि ये सब पूर्णतया घोल में मिल जाए। अब पूर्णतया मिक्स इस घोल को कुल्फी कोनों में भरकर सावधानीपूर्वक फ्रीज में जमने के लिए रख देते हैं। कुल्फी जमकर तैयार होने से पहले स्टिक लगा देते हैं और जमने के बाद कुल्फी तैयार है जिसको -20 डिग्री सेन्टीग्रेड तापमान पर भंडारित कर लेते हैं।

## चॉकलेट कुल्फी बनाने का प्रवाह चित्र

- ऊँटनी का दूध छानकर उबालना  
↓  
चॉकलेट व चीनी मिलाना  
↓  
गाढ़ा करना  
↓  
कस्टर्ड पाउडर मिलाना  
↓  
ठण्डा कर सूखे मेवे मिलाना  
↓  
मिक्सी में फेंटना  
↓  
कुल्फी कोन में भरकर जमाना  
↓  
भण्डारित करना



ऊँटनी के दूध से बनी शुगर फ्री (चीनी रहित) कुल्फी बनाने की विधि भी चॉकलेट कुल्फी बनाने की विधि के समरूप है लेकिन इसमें चीनी के स्थान पर 15 ग्राम शुगर फ्री पाउडर डालते हैं।

संक्षेप में कहा जा सकता है कि ऊँटनी के दूध से विभिन्न प्रकार की कुल्फी बनाकर इनका दैनिक जीवन में उपभोग किया जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिये कृपया संपर्क करें

निदेशक

राष्ट्रीय उष्ट्र अनुसंधान केंद्र, बीकानेर

(भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद)

जोड़बीड़, पोस्ट बॉक्स 07, बीकानेर 334001, राजस्थान, भारत

फोन: 0151-2230183 ; फेक्स: 0151-2231213

ई-मेल: [nrccamel@nic.in](mailto:nrccamel@nic.in); वेबसाइट: [www.nrccamel.res.in](http://www.nrccamel.res.in)