

## कृषि कुंभ हिंदी मासिक पत्रिका

खण्ड 03 भाग 07, (दिसंबर, 2023)  
पृष्ठ संख्या 58-59



## किण्वित एवं गैर किण्वित पेय पदार्थ

नेहा कुमारी सिंह,

सहायक प्राध्यापक

झारखंड राय विश्वविद्यालय रांची, झारखंड, भारत।

Email Id: [neha.singh@jru.edu.in](mailto:neha.singh@jru.edu.in)

### फल पेय पदार्थ

फलों के पेय पदार्थ आसानी से पचने योग्य, अत्यधिक ताजगी देने वाले, प्यास बुझाने वाले, भूख बढ़ाने वाले और पोषण की दृष्टि से कई सिंथेटिक और वातित पेय से कहीं बेहतर होते हैं। इन्हें अकिण्वित और किण्वित खमीरीकृत पेय पदार्थों में वर्गीकृत किया जा सकता है।

### किण्वित पेय पदार्थ

किण्वित फल पेय एक फल का रस है जिसका अल्कोहलिक किण्वन हुआ है यीस्ट द्वारा सैक्रोमाइसेस सेरेविसे। उदाहरण— वाइन, शैम्पेन, पोर्ट, शेरी, टोके, मस्कट, पेरी, ऑरेंज वाइन, बेरी वाइन, नीरा और साइडर।

### वाइन

वाइन एक किण्वित अंगूर के रस वाला पेय पदार्थ है। उचित प्रसंस्करण और संयोजन के साथ इसका यीस्ट द्वारा किण्वन किया जाता है।

- हल्की वाइन – 7 से 9 प्रतिशत अल्कोहल
- मीडियम वाइन – 9 से 16 प्रतिशत अल्कोहल
- स्ट्रॉन्ग वाइन – 16 से 21 प्रतिशत अल्कोहल

### साइडर

साइडर सेब को इस प्रकार से चुना जाता है कि उनके रस में चीनी का प्रतिशत अधिक होता है (अर्थात् सामान्य सेब के रस में 10-5 प्रतिशत की तुलना में 12.5 प्रतिशत अधिक होता है। विशेष ग्रेड

के सेब का किण्वन होता है जिसमें 0.1 प्रतिशत से 0.3 प्रतिशत की उच्च टैनिन सामग्री होती है।

### शैम्पेन

यह एक स्पार्कलिंग वाइन है, जो मुख्य रूप से फ्रांस के अंगूर की कुछ किस्मों जैसे शारदोन्नय और पिनोट नॉयर से बनाई जाती है, किण्वन प्रक्रिया बोतल में ही पूरा हो जाता है।

### फेनीम

यह काजू से बनी किण्वित वाइन है। यह गोवा में बहुत प्रसिद्ध है। यह काजू के सेब से बना है। यह परंपरागत रूप से काजू के सेब को बूटों से कुचलकर या मशीन की सहायता से तैयार किया जाता है। रस निकालने के बाद इसे कपड़े से ढके बड़े ड्रमों में संग्रहित किया जाता है।

### अकिण्वित पेय पदार्थ

जिन फलों के रस में अल्कोहलिक किण्वन नहीं होता है उन्हें अकिण्वित पेय पदार्थ कहा जाता है। इनमें प्राकृतिक और मीठा रस, आरटीएस, अमृत, स्कवैश, क्रश, सिरप फलों का रस, सांद्रण और फलों का रस पाउडर शामिल हैं। इस समूह में जौ का पानी और कार्बोनेटेड पेय पदार्थ भी शामिल हैं।

### स्कवैश

यह एक प्रकार का फल पेय है जिसमें व्यावसायिक रूप से कम से कम 25 प्रतिशत फलों का रस या गूदा और 40 से 50 प्रतिशत कुल घुलनशील ठोस पदार्थ होते हैं। इसमें लगभग 1 प्रतिशत एसिड

और 350 पीपीएम सल्फर डाइऑक्साइड या 600 पीपीएम सोडियम बेंजोएट भी होता है। परोसने से पहले इसे पतला किया जाता है।

### सेवा के लिए तैयार आरटीएस

इसमें कम से कम 10 प्रतिशत फलों का रस और 10 प्रतिशत कुल घुलनशील ठोस टीएसएस होता है, इसमें लगभग 0-3 प्रतिशत एसिड होता है इसे परोसने से पहले पतला नहीं किया जाता है। उदाहरण आम आरटीएस।

### अमृत

इस प्रकार के फलों के पेय में कम से कम 20 प्रतिशत फलों का रस और गूदा और 15 प्रतिशत कुल घुलनशील ठोस पदार्थ और लगभग 0-3 प्रतिशत एसिड होता है। परोसने से पहले इसे पतला नहीं किया जाता है।

### फलों का रस सौहार्दपूर्ण

यह एक चमकीला, स्पष्ट, मीठा फल का रस है, जिससे गूदा और अन्य निलंबित पदार्थ पूरी तरह से हटा दिए गए हैं। इसमें कम से कम 25 प्रतिशत रस और फलों का गूदा 30 प्रतिशत कुल घुलनशील ठोस पदार्थ और परिरक्षक के रूप में 350 पीपीएम या 600 पीपीएम बेंजोइक एसिड से अधिक नहीं होता है।

### फलों का शरबत

इसे न्यूनतम 25 प्रतिशत फलों के रस या गूदे का उपयोग करके तैयार किया जाता है और गन्ने से प्राप्त चीनी का उपयोग करके इसे मीठा किया जाता है।

### फलों का क्रश

फ्रूट क्रश में न्यूनतम 25 प्रतिशत फलों का रस या गूदा, 55 प्रतिशत कुल घुलनशील ठोस टीएसएस होता है परिरक्षक के रूप में 350 पीपीएम या 600 पीपीएम बेंजोइक एसिड से अधिक नहीं होता है।

लाभ

- पाचन तंत्र को मजबूत बनाता है।
- यह लीवर के स्वास्थ्य को मजबूत करता है।
- प्रोबायोटिक युक्त खाद्य पदार्थ और पेय भी मौखिक स्वास्थ्य बनाये रखने में सहायता करते हैं।
- प्रोबायोटिक युक्त खाद्य पदार्थ बीमारी और ऑटोइम्यून बीमारी को कम करने में एवं मुकाबला करने में मदद करते हैं।

### नुकसान

इसके अधिक सेवन से निम्नलिखित बीमारियाँ हो सकती हैं-

- हृदय की समस्याएं
- आघात
- वसायुक्त यकृत रोग
- यकृत को होने वाले नुकसान
- मानसिक स्वास्थ्य स्थितियाँ
- कुछ कैंसर
- अग्नाशयशोथ

### निष्कर्ष

किण्वित और गैर-किण्वित ड्रिंक्स ने आज की अर्थव्यवस्था और दैनिक जीवन शैली में एक विशेष स्थान ले लिया है। दोनों का अपना-अपना महत्व है। किण्वित पेय पदार्थ पूरी दुनिया में व्यापक रूप से स्वीकृत दवाओं में से एक है। पुरातात्विक साक्ष्य इंगित करते हैं कि किण्वित पेय पदार्थ कम से कम प्रारंभिक सभ्यताओं जितने पुराने हैं और अधिकांश संस्कृतियों में कानूनी रूप से इनका सेवन किया जाता है। गैर-किण्वित पेय गैर-अल्कोहल फलों के रस या फलों के रस या गूदे का मिश्रण हैं। आज जब उपभोक्ता पेय पदार्थ खरीदते हैं, तो वे ऐसे पेय चाहते हैं जो केवल प्यास बुझाने से कहीं अधिक हो। आज पेय पदार्थों को उपभोक्ता की स्वास्थ्य आवश्यकताओं को पूरा करने की भी आवश्यकता है - नींद की आदतों में सुधार, पेट के स्वास्थ्य में सहायता, तनाव के स्तर को कम करना और ऊर्जा को बढ़ावा देना।