

## भारत में सब्जी उत्पादन का भविष्य और महत्व

कृषि कुंभ (सितंबर, 2023),

खण्ड 03 भाग 04, पृष्ठ संख्या 68-70



## भारत में सब्जी उत्पादन का भविष्य और महत्व

लालू प्रसाद<sup>1</sup>, बुद्धेश प्रताप सिंह<sup>2</sup> एवं प्रिया प्रियंका टुडू<sup>3</sup>

<sup>1</sup>शोध छात्र, सब्जी विज्ञान विभाग,

आचार्य नरेंद्र देव कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय,

कुमारगंज, अयोध्या

<sup>2</sup>शोध छात्र, चंद्रशेखर आजाद कृषि एवं प्रौद्योगिकी विश्वविद्यालय, कानपुर नगर, उत्तर प्रदेश,

<sup>3</sup>शोध छात्रा, सैम हिगनिन बॉटम कृषि प्रौद्योगिकी और विज्ञान विश्वविद्यालय, उत्तर प्रदेश, भारत।

Email Id: [laluprasadrsm@gmail.com](mailto:laluprasadrsm@gmail.com)

### भारत में सब्जी उत्पादन का भविष्य

भारत जैसे देश में अधिकतर जनता शाकाहारी रहती है। जो निरंतर वृद्धि हो रही है। जिससे भविष्य में सब्जियों की अधिक आवश्यकता महसूस होगी प्राचीन समय में सब्जियों का उत्पादन काफी कम था। विकसित देशों में भोजन में 40 से 50% सब्जियों का प्रयोग करते हैं यहां तक कि अमेरिका में सब्जियों का प्रयोग जानवरों के भोजन में प्रोटीन के उद्देश्य करते हैं। जबकि भारत में सब्जियों का 8 से 10% भोजन के रूप में प्रयोग करते हैं जो विकसित देशों की अपेक्षा काफी कम है आहार विशेषज्ञों के अनुसार एक व्यक्ति को प्रतिदिन आहार में 300 ग्राम सब्जियों का प्रयोग करना चाहिए सब्जियों का इतना महत्व होते हुए भी हमारे देश में इसका क्षेत्रफल संपूर्ण कृषि का लगभग 2.5% है जो बहुत कम है जिसको विभिन्न माध्यमों से बढ़ाया जा सकता है।

### जलवायु

भारत में लगभग सभी प्रकार की जलवायु पाई जाती है जैसे शीतोष्ण जलवायु इसमें मुख्य रूप से जम्मू, कश्मीर, गढ़वाल, कुमायूं, पश्चिम बंगाल, अरुणाचल प्रदेश और हिमाचल प्रदेश की पहाड़ियां सम्मिलित हैं यहां पर फूल गोभी बंद गोभी गांठ

गोभी, टमाटर, मटर, सलाद, बीन, शतावर, मूली आदि सब्जियां पैदा की जा सकती हैं। उपोष्ण जलवायु यह जलवायु मुख्य रूप से मध्यप्रदेश से बिहार, हरियाणा, उत्तर प्रदेश, पंजाब, मेघालय, राजस्थान, मणिपुर, मिजोरम, त्रिपुरा आदि में पाई जाती है यहां पर सभी प्रकार की सब्जियां उगाई जा सकती हैं। उष्ण जलवायु यह जलवायु मुख्य रूप से आंध्र प्रदेश, महाराष्ट्र, उड़ीसा, कर्नाटक, तमिलनाडु, केरल, गुजरात आदि राज्यों में पाई जाती है यहां पर मुख्य रूप से प्याज मिर्च आलू लहसुन प्याज जड़ वाली सब्जियां पैदा की जा सकती हैं।

### भूमि

भारत में लगभग सभी प्रकार के भूमिया पाई जाते हैं रेतीली भूमि में अगेती फसल तथा चिकनी एवं मध्यम मिट्टी में पछेती फसलों को उगाया जा सकता है।

### उर्वरक

भारत में सातवीं पंचवर्षीय योजना में बहुत कारखाने लगाए गए जिसके माध्यम से उर्वरकों के उत्पादन में भी वृद्धि हुई जिसमें मुख्य रूप से नत्रजन उर्वरक फास्फोरस उर्वरक के उत्पादन में काफी वृद्धि हुई और इनका प्रयोग करके सब्जियों का उत्पादन भी बढ़ाया जा सकता है।

**सिंचाई**

कुछ समय पहले भारत में सिंचाई के साधन सीमित थे लेकिन पंचवर्षीय योजना के माध्यम से सिंचाई की सुविधा अधिक प्रदान की गई जिसके माध्यम से सब्जियों का उत्पादन बढ़ाया जा सकता है।

**रोग प्रतिरोधक किस्मों का विकास करके**

सब्जियों में बहुत उन्नत किस्मों का विकास किया गया जिसके माध्यम से उत्पादन में वृद्धि हुई तथा कीट व रोग के लिए प्रतिरोधी किस्मों का विकास हुआ जैसे कुफरी ज्योति कुफरी बादशाह पछेती अगमारी कुफरी शीतमान पाला टमाटर की बी डब्ल्यू आर 1,5 उकठा प्रतिरोधी है।

**अधिक पैदावार देने वाली किस्मों का विकास करके**

भारत में अधिक पैदावार देने वाली किस्मों का विकास निरंतर जारी है तथा कुछ किस्में इस प्रकार हैं

**टमाटर**— पूसा रूबी पंत बहार, पूसा गौरव

**फूलगोभी**— पंत शुभ्रा, इंप्रूव्ड जापानी, पूसा स्नोफॉल, पूसा दीपाली।

**प्याज**— पूसा व्हाइट राउंड

**मटर**— जवाहर मटर 1,4

**बैंगन**— पूसा क्रांति, पूसा पर्पल लॉन्ग,

**लहसुन**— एग्रीफाउंड व्हाइट

**तरबूज**— मधु

**मिर्च**— अंद्रज्योति

**गाजर**— पूसा यमदग्नि।

**सब्जियों की संकर किस्मों का विकास करके**

हमारे यहां सब्जियों की बहुत सी संकर किस्मों का विकास निरंतर हो रहा है क्योंकि अधिक उपज के साथ-साथ उत्तम किस्म बहुत से कीट एवं बीमारियों से प्रतिरोधक हैं जैसे—

**टमाटर**— पूसा संकर 1, पूसा संकर 2

**बैंगन**— अर्का नवनीत

**लौकी**— पूसा मंजरी

**तरबूज**— अर्का ज्योति

**खरबूज**— पंजाब संकर

**खीरा**— पूसा संयोग

**मिर्च**— भारत

**कद्दू**— पूसा अलंकार

**शीत भंडार ग्रह का निर्माण करके—**

भारत सरकार द्वारा शीत गृह निर्माण पर काफी ध्यान दिया जा रहा है। और इनके निर्माण के लिए तकनीकी एवं वित्तीय सहायता प्रदान की जा रही है इस प्रकार इनकी संख्या दिनों दिन बढ़ती दिखाई दे रही है तथा सब्जियों के संग्रहण की समस्या का निदान भी निश्चित है।

**यातायात की सुविधा**

यातायात की सुविधा में भी निरंतर विकास और लगभग प्रत्येक गांव कस्बे को कच्ची व पक्की सड़कों द्वारा शहर से जोड़ा जा रहा है जिससे सब्जियां एक स्थान से दूसरे स्थान पर सुविधाजनक पहुंचाई जा सकें उत्तर प्रदेश से बहुत से आलू मुंबई ट्रकों द्वारा भेजी जाती है अलीगढ़ से फूलगोभी आसाम तथा रेलगाड़ी से कोलकाता भेजी जाती है।

**बेहतर प्रसार सेवाएं**

हमारे यहां अच्छी प्रसार सेवाएं उपलब्ध हैं जिसके माध्यम से जानकारी सब्जी उत्पादन करने वालों तक पहुंचाई जा सकती है। और यह जानकारी विभिन्न क्षेत्र जैसे कृषि विश्वविद्यालय केवीके कृषि मेला रेडियो समाचार पत्र के माध्यम से प्राप्त की जा सकती है।

**सब्जियों का महत्व**

सब्जियों का मनुष्य के आहार में एक महत्वपूर्ण स्थान है संतुलित आहार तथा अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए इनका होना अत्यंत आवश्यक है मांस पनीर तथा अन्य चर्बी युक्त खाद्य पदार्थों के पाचन के समय उत्पन्न अम्लो को उदासीन करने के लिए भी इसका होना आवश्यक है। साथ ही महत्वपूर्ण स्थूल खाद्य पदार्थ है जो पाचन क्रिया

को प्रोत्साहित करती है तथा कब्ज को रोकती है इनसे कार्बोहाइड्रेट चर्बी प्रोटीन विटामिंस तथा खनिज पदार्थ प्राप्त होते हैं जो शरीर के लिए आवश्यक हैं सब्जियों को समुचित रूप से तथा नित्य प्रति प्रयोग करने से हमारी त्वचा स्वस्थ एवं मुलायम तथा आंखें चमकीली होती हैं आहार मूल के दृष्टिकोण से यह सब्जियां निम्नलिखित रूप से महत्वपूर्ण है एक व्यक्ति को लगभग तीन सौ ग्राम सब्जी की प्रतिदिन आवश्यकता होती है जिसमें 115 ग्राम पत्ती वाली सब्जी 115 ग्राम दूसरी सब्जी तथा 70 ग्राम जड़ वाली सब्जी की आवश्यकता प्रतिदिन होती है।

### खनिज पदार्थ

शरीर की वृद्धि एवं विकास के लिए लगभग 10 से अधिक खनिज पदार्थों की आवश्यकता होती है इन खनिज पदार्थों में से कैल्शियम लोहा फास्फोरस की आवश्यकता अधिक होती है जो कि उचित मात्रा में सब्जियों के अलावा अन्य खाद्य पदार्थों में उपस्थित नहीं होते हैं कैल्शियम लोहा फास्फोरस के अतिरिक्त सब्जियों द्वारा आयोडीन एवं सोडियम की भी प्राप्ति होती है इसकी मात्रा कम होने पर भी यह मनुष्य स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए सहायक होते हैं खनिज पदार्थों की उपस्थिति के कारण सब्जियों को दूध की तरह संरक्षी पदार्थ कहा जाता है इस प्रकार शाकाहारी भोजन में विशेष महत्व है।

**विटामिंस-** सब्जियों के द्वारा विभिन्न प्रकार की विटामिंस भी प्राप्त होती हैं जिसमें विटामिन ए विटामिन बी विटामिन सी विटामिन डी विटामिन ई आदि है जो शरीर की वृद्धि एवं विकास के लिए महत्वपूर्ण योगदान रखती हैं इनके अभाव में विभिन्न प्रकार के रोग होते हैं अतः इनका भोजन में अति महत्वपूर्ण योगदान है।

**अमीनो एसिड्स-** यह मनुष्य की वृद्धि एवं विकास के लिए बहुत ही आवश्यक हैं सब्जियों में इनकी मात्रा अत्यधिक पाई जाती है। जैसे अर्जिनिन

सिस्टेनिन हिस्टीडिन मिथियोनिन ग्लूटामिक एसिड प्रोलीन आदि है।

**कार्बोहाइड्रेट्स-** कुछ सब्जियों में जैसे शकरकंद आलू मटर तथा सेम के बीज शक्ति दायक खाद्य पदार्थ अथवा कैलोरीज के महत्वपूर्ण साधन है रसीली जड़े कंद प्रकंद में कार्बोहाइड्रेट की प्रचुर मात्रा पाई जाती है।

**स्थूल खाद्य का साधन-** खाद्य पाचन क्रिया में सहायक होता है तथा कब्ज को रोकता है अधिकतर पत्तियों वाली सब्जी जैसे पालक सलाद पत्ता गोभी तथा बहुत से साग जिनमें पानी की मात्रा तथा रेशा अधिक होता है के खाने में आराम मिलता है इस प्रकार हरी सब्जियों के खाने पर सैलूज तथा क्लोरोफिल खाते हैं जो कि पाचन क्रिया में सहायता पहुंचाती है

**प्रोटीन को दुरस्त करने में सहायता-** सब्जियां अच्छे स्वास्थ्य को बनाए रखने के लिए शरीर के अंदर क्षारीय माध्यम को बनाए रखने के लिए आवश्यक है सब्जियां प्रोटीन युक्त खाद्य पदार्थ जैसे मांस अंडा के हानिकारक प्रभाव जो शरीर के अंदर क्षारीय माध्यम को बिगाड़ देती हैं को फिर द्वारा ठीक कर देती हैं।

### अन्य महत्व-

- सब्जियां प्रति हेक्टेयर पैदावार अधिक प्राप्त होती है।
- शुद्ध लाभ प्रतिशत पर अधिक प्राप्त होता है।
- सब्जियों का सौंदर्य मूल अधिक होता है।
- 1 वर्ष में सब्जियों कई फसलें ली जा सकती हैं।
- फार्म युक्तियों का प्रयोग किया जा सकता है।
- औद्योगिक महत्व अधिक है।
- सब्जियों को बहुमुखी खेती में विशेष स्थान होता है।
- सब्जियों से शाकीय दूध प्राप्त होता है।
- सब्जियां अमलीय प्रभाव को उदासीन बनाती हैं।