



ഡ്രാഗൺ ഫ്രൂട്ട് (Dragon Fruit)



പിറ്റായ, പിറ്റാഹയ എന്നൊക്കെയാണ് സാധാരണയായി ഡ്രാഗൺ ഫ്രൂട്ടെന്നു വിളിക്കുന്ന പഴത്തിന്റെ ശരിയായ നാമം. വൈദേശികമായ പഴങ്ങളിൽ പോഷകങ്ങളാൽ സമൃദ്ധമാണിത്. ഇതിനെ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നവർ ലോകത്തേറെയാണ്, വിശേഷിച്ച് ഏഷ്യൻ വംശജർ. കൊതിപ്പിക്കുന്ന ഇളംമധുരമാണ് സ്വാദ്. ആകൃതിയും നിറവും അതുപോലെ ആകർഷിക്കുന്നതു തന്നെ. പൂക്കളുടെ അഴുകും എടുത്തുപറയേണ്ടതാണ്. ഉണർവേകുന്ന സ്വാദിലുപരിയായി ഈ പഴത്തിൽ ധാരാളം വെള്ളവും അവശ്യമൂലകങ്ങളും പോഷക ഘടകങ്ങളും അടങ്ങിയിരിക്കുന്നു.

അമേരിക്കയുടെ ദക്ഷിണ, മധ്യമേഖലകളിൽ ഉത്ഭവം. **Cactaceae** സസ്യ കുടുംബത്തിലെ അംഗം. ഈ കുടുംബത്തിലെ **Hylocereus** വിഭാഗത്തിൽ മൂന്നിനങ്ങളും **Selenicereus** വിഭാഗത്തിൽ ഒരിനവുമാണുള്ളത്. ഡ്രാഗൺ ഫ്രൂട്ടിന്റെ കാമ്പിന് വെള്ള, ചുവപ്പ്, മജന്റ് എന്നിവയിൽ ഏതെങ്കിലുമൊരു നിറം കൂടിയോ കുറഞ്ഞോ ഉള്ള അളവിൽ കാണപ്പെടുന്നു. ഇനത്തിനനുസരിച്ചാണ് കാമ്പിന്റെ നിറം.

അവശ്യപോഷകങ്ങളുടെ സാന്നിധ്യം നിമിത്തം പിറ്റായ പഴങ്ങൾ ഫുഡ് സൂപ്പി മെന്റ് എന്ന നിലയിൽ ഏറെ അംഗീകാരം നേടിയിരിക്കുന്നു. കള്ളിനു സംരക്ഷണ മേകാനും ഇതിനു കഴിയും. വിരോധന സഹായിയുമാണ്. രക്താതിമർദ്ദം, പ്രമേഹം, പൊണ്ണത്തടി എന്നിവയുള്ളവർക്കും ഈ പഴം ഉത്തമമെന്നു കണ്ടിട്ടുണ്ട്.

മധുരവും രുചിയുമേറിയ മഞ്ഞ ഡ്രാഗൺ ഫ്രൂട്ടായ **Selenicereus Megalanthus** ഉം മറ്റൊരു **Hylocereus** ഇനവും തമ്മിലുള്ള സങ്കരണത്തിലൂടെ **Israel** വികസിപ്പിച്ചെടുത്ത മഞ്ഞ **Dragon fruit** സ്വാദിലും മധുരത്തിലും, മറ്റിനങ്ങളേക്കാൾ ബഹുദുരം മൂന്നിലാണ്. പഴങ്ങൾക്ക് 400 മുതൽ 600 ഗ്രാം വരെ തൂക്കമുണ്ടായിരിക്കും. മഞ്ഞനിറത്തോടുകൂടിയ പുറത്തോടുള്ള പഴത്തിന്റെ കാമ്പിനു വെള്ള നിറമായിരിക്കും. ഉൽപ്പാദനമികവു പുലർത്തുന്ന മഞ്ഞ **Dragon fruit, Pitaya** പഴങ്ങളിലെ വിലകൂടിയ ഇനമാണ്.