

## इकाई - 9 फल परिक्षण



- जैम तथा जेली बनाना
- जेली बनाने में ध्यान देने योग्य बातें
- टमाटर की सॉस बनाना

### \* अचार बनाना

- तेल में आम का अचार बनाना
- नमक में आम का अचार बनाना

सन्तुलित आहार में फल एवं सब्जियों का विशेष महत्व है। इन्हें रक्षात्मक आहार की संज्ञा दी जाती है। फल एवं सब्जियों में विटामिन, प्रोटीन एवं खनिज पदार्थ प्रचुर मात्रा में होने के कारण मानव शरीर की रोगों से रक्षा करते हैं। अनुकूल मौसम में फल एवं सब्जियों की मात्रा अचानक बढ़ जाती है और उनकी कीमत कम हो जाती है। यदि फलों की कुछ मात्रा को संरक्षित कर लिया जाय तो उनकी गिरती हुई कीमत को नियन्त्रित किया जा सकता है। साथ ही फलों को संरक्षित करके उस समय प्रयोग में लाया जा सकता है। जब उनके प्राप्त होने का मौसम नहीं होता है। संरक्षित किये हुए फल कम स्थान घेरते हैं। इस तरह वैज्ञानिक विधियों को अपनाकर फल एवं सब्जियों को बिना खराब हुए अधिक दिनों तक सुरक्षित रखा जा सकता है। फल एवं सब्जियों से जैम, जेली, मारमलेड, शर्बत, सॉस, केचप इत्यादि उत्पाद प्रमुख रूप से बनाये जाते हैं।

### जैम बनाना

जैम एक स्वादिष्ट व स्वास्थ्यप्रद पदार्थ है। फल के गूदे को शक्कर की पर्याप्त मात्रा के साथ एक निश्चित तापमान पर पकाने से जो उत्पाद तैयार होता है। उसे जैम कहते हैं जैम बनाने में गूदेदार फलों का उपयोग किया जाता है। जैसे- सेब, आम, पपीता, अनन्नास, नाशपाती आदि। जैम तैयार करने हेतु निम्नलिखित क्रियायें की जाती हैं।

- 1) फलों का चयन करना ।
- 2) गूदा तैयार करना ।
- 3) उबालना ।
- 4) पात्रों में भरना, ठण्डा करना और सील करना ।

**1) फलों का चयन करना** - जैम बनाने के लिए ताजे, अधपके एवं मध्यम आकार के स्वस्थ फलों का चयन करना चाहिए ।

**2) गूदा तैयार करना**- फलों का गूदा तैयार करने हेतु फलों को धोना, छीलना, काटना, गुठली निकालना, उबालना, छानना आदि क्रियाएं की जाती हैं। इस प्रकार तैयार किये फलों के गूदे को स्टेनलेस स्टील के बर्तन में पानी के साथ उबालकर मुलायम कर लेते हैं। उबालते समय फलों को दबाते व मिलाते रहना चाहिए ।

**3) उबालना या पकाना**- गूदे में उचित मात्रा में चीनी मिलाकर उबालते हैं। चीनी मीठे फलों की मात्रा का 3/4 भाग तथा खट्टे फलों की मात्रा के बराबर मिलाते हैं तथा 5 ग्राम एसीटिक अम्ल प्रति किग्रा फल के हिसाब से मिलाना चाहिए। तदुपरान्त गूदा, चीनी और अम्ल के मिश्रण को स्टेनलेस स्टील के बर्तन में उबालते हैं। उबालते समय मिश्रण को चलाते रहते हैं। जैम के तैयार होने से 2-3 मिनट पहले उसमें खाने का रंग मिला देते हैं। जब जैम में पानी की मात्रा समाप्त हो जाय तो जैम तैयार हो जाता है। जैम में कुल विलेय ठोस 68% (मिठास की मात्रा 68%) होनी चाहिए। जैम के पकने की अवस्था का ज्ञान होना नितान्त आवश्यक है। जिसका परीक्षण निम्नलिखित विधियों से किया जाता है।

1) उबलते हुए मिश्रण को लकड़ी के चम्मच में लेकर थोड़े समय के लिये हवा में ठण्डा कर गिराने से यदि जैम पककर तैयार हो गया है। तो वह चादर (शीट) की तरह गिरता है। अन्यथा बूँद -बूँद कर गिरता है।

2) उबलते हुए जैम की कुछ बूँद जल से भरी हुई प्लेट में रखें। जैम तैयार हो जाने पर वह तली में बैठ जायेगा। यदि सही तरह से नहीं पका है तो बर्तन की तली में फैल जायेगा।

4) **पात्रों में भरना, ठण्डा करना और सील करना-** जैम को भरने के लिए विभिन्न प्रकार के काच के जारों का उपयोग किया जाता है। जैम भरने से पूर्व पात्र को कीटाणु रहित कर लेते हैं और उसमें तैयार जैम को रख देते हैं। जब ठण्डा हो जाय, तो उसकी ऊपरी सतहों पर मोम डाल देना चाहिए तथा सीलकर उसे सुरक्षित स्थान पर रख देते हैं। ऊपरी सतहों पर मोम की हल्की परत डालने से वायु का प्रवेश जैम में नहीं होता है और वह खराब नहीं होता है।

### **सेब का जैम बनाने हेतु आवश्यक सामग्री**

सेब - 1 किग्रा

चीनी - 1 किग्रा

साइट्रिक अम्ल - 5 ग्राम

पानी - 1/2 लीटर

खाने वाला रंग - आवश्यकतानुसार

### **जेली बनाना**

जेली बनाने के लिए पेक्टिन युक्त फलों जैसे- अमरूद, करौंदा, खट्टा सेब, कैथा, बेर, पपीता, नाशपाती, आदि फलों को उबालकर रस निकालते हैं। निकाले गये रस को शक्कर व अम्ल के साथ पकाने के पश्चात जमें हुए अर्ध ठोस पारदर्शक उत्पाद को जेली कहते हैं। एक अच्छी जेली में शक्कर, अम्ल एवं पेक्टिन एक निश्चित अनुपात में होना चाहिए।

**एक आदर्श जेली में निम्नलिखित गुण होने चाहिए ।**

- 1) देखने में पारदर्शक व चमकीली।
- 2) बोतल के उलटने पर जेली बहे नहीं।
- 3) स्पर्श करने पर चिपके नहीं ।
- 4) चम्मच से काटने पर सुगमता पूर्वक कट जाये। काटे गये किनारे वैसे हो बने रहें।

जेली का बनाना पेक्टिन, अम्ल तथा चीनी की मात्रा पर निर्भर है। यदि इनकी मात्रा सही अनुपात में नहीं होगी तो अच्छी जेली तैयार नहीं होगी क्योंकि-

\* रस में पेक्टिन की मात्रा कम तथा अम्ल की मात्रा अपेक्षाकृत अनुपात में अधिक होगी तो बहती हुई जेली तैयार होगी ।

\* रस में पेक्टिन की मात्रा अधिक और चीनी की मात्रा कम होगी तो जेली कड़ी तैयार होगी ।

\* रस में पेक्टिन की मात्रा अधिक और अम्ल की मात्रा कम होगी तो जेली कमजोर तैयार होगी। जिसे कमजोर जेली कहते हैं।

\* रस में यदि पेक्टिन की मात्रा से चीनी की मात्रा अनुपात में अधिक होगी तो जेली जमेगी नहीं ।

इस लिए रस के अन्दर उपर्युक्त पदार्थ का सही अनुपात में होना आवश्यक है।

### **जेली तैयार करने की विधि**

1) **फलों का चयन करना** -पेक्टिन युक्त फल लेने चाहिए। फल सड़े-गले या कटे नहीं बल्कि ताजे और अधपके होने चाहिए।

2) **फलों को साफ करना**-फलों को साफ पानी से अच्छी तरह धो लेना चाहिए ।

3) **फलों को काटना**-फलों स्टेनलेस स्टील के चाकू से छोटे-छोटे टुकड़ों में काट लेना चाहिए ।

4) **फलों को गर्म करना**- काटे हुए फलों को स्टील के भगौने में रख कर इतना पानी डालें कि फल पूरी तरह डूब जायें फिर 30 मिनट तक उबालते हैं। उबालते समय प्रति किग्रा फल के हिसाब से 2 ग्राम साइट्रिक अम्ल मिलाते हैं जिससे फल से पेक्टिन शीघ्र निकल सके। उबले फल को छननी से छान लेते हैं। छानते समय ध्यान रखते हैं कि रस में छिलके या फल के टुकड़े न आने पायें। अब पेक्टिन युक्त रस में बराबर मात्रा में चीनी डालते हैं और मध्यम आँच पर उबालते हैं। खौलते समय जब बर्तन की पेंदी में बड़े-बड़े बुलबुले ऊपर उठने लगें तो समझना चाहिए कि जेली बनकर तैयार है। इसका परीक्षण करने के लिए एक चम्मच जेली एक गिलास पानी में डालते हैं। यदि यह जेली जम जाय तो समझते हैं कि जेली तैयार हो गई है और उसे आँच से उतार लेते हैं। अब तैयार जेली को गर्म अवस्था में हो जीवाणु रहित चौड़ी बोतल में भर देते हैं और 24 घण्टे बाद मोम को पिघलाकर जेली के ऊपर डाल देते हैं और ढक्कन बन्द करके सील कर सुरक्षित स्थान पर रख देते हैं। जेली में मिठास की मात्रा 65% होती है।

### 5) आवश्यक सामग्री -

फल - 1 किग्रा

चीनी - पेक्टिन के अनुसार 75 किग्रा

पानी - 1.5 लीटर

साइट्रिक अम्ल - 2 ग्राम

### जेली बनाने में ध्यान देने योग्य बातें

जेली बनाते समय निम्नालिखित बातों का ध्यान रखना चाहिए -

- 1) फलों के स्वच्छ रस से तैयार की गयी हो तथा जिस फल से तैयार की गयी हो उसकी सुगन्ध उसमें होनी चाहिए ।
- 2) कुल विलेय ठोस 65%होना चाहिए ।
- 3) जेली देखने में चमकदार, आकर्षक एवं अर्द्ध पारदर्शक होनी चाहिए ।
- 4) जेली में अम्लता 0.75 प्रतिशत होनी चाहिए ।
- 5) हाथ में लेने पर या चम्मच से उठाने पर चिपकनी नहीं चाहिए ।
- 6) जेली में फलों का गूदा नहीं आना चाहिए ।
- 7) जेली पेक्टिन युक्त फलों से हो बन सकती है।

### **टमाटर की सॉस बनाना**

सॉस एक अर्ध ठोस तरल पदार्थ है। जो टमाटर के गूदों को मसाले, नमक, चीनी, सिरका, खाने वाला रंग एवं रासायनिक परिरक्षक मिलाकर एक निश्चित गाढ़ेपन तक पका कर बनाया जाता है। सॉस में कुल ठोस पदार्थ की मात्रा 16 प्रतिशत से अधिक होनी चाहिए। इस प्रकार तैयार किया गया पदार्थ सॉस कहलाता है।

टमाटर के सॉस तथा केचप में बहुत ही थोड़ा अन्तर होता है। दोनों के बनाने की विधि तथा सामग्री एक हो समान है। लेकिन अन्तर इतना होता है। कि केचप, सॉस की अपेक्षा थोड़ा गाढ़ा होता है। सॉस की ब्रिक्स प्रतिशत यानी मिठास 16-20 प्रतिशत तथा केचप की 28-30 प्रतिशत होती है।

### **टमाटर सॉस तैयार करने की विधि**

- 1) **फलों का चयन करना** - भली-भाँति पके हुए गहरे लाल रंग के स्वस्थ टमाटर का चुनाव करना चाहिए ।

- 2) **फलों को साफ करना** -फलों के चयन के बाद स्वच्छ जल से धो कर साफ करना चाहिए ।
- 3) **फलों को काटना** - साफ फलों को स्टेनलेस स्टील के चाकू से काट लेना चाहिए ।
- 4) **फलों को पकाना** -फलों के टुकड़ों को थोड़े पानी के साथ 25-30 मिनट तक धीमी आँच पर पका लेते हैं।
- 5) **रस निकालना** - टमाटर के कटे टुकड़ों को पकाने के पश्चात स्टेनलेस स्टील की छननी से छान लेते हैं और रस इकट्ठा कर लेते हैं।
- 6) **रस पकाना तथा चीनी एवं मसाले मिलाना** - स्वच्छ स्टील के भगौने में टमाटर का रस,चीनी का 1/3 भाग तथा मसालों की पोटली डाल कर पकने हेतु रख देते हैं। जब रस कुछ गाढ़ा हो जाय तो चीनी का शेष 2/3 भाग व नमक उबलते हुए रस में मिला देते हैं। इसे बड़े चम्मच से बराबर चलाते रहना चाहिए। जब सॉस आधा रह जाय तो मसालों की पोटली रस में निचोड़ कर निकाल लेनी चाहिए ।थोड़ी देर बाद सॉस तैयार हो जाता है। सॉस तैयार हैं या नहीं इसके लिए एक परीक्षण करते हैं जिसे सॉस तैयार होने का परीक्षण कहते हैं ।
- 7) **सॉस का परीक्षण-** 'रिफ्रैक्टोमीटर' नामक यन्त्र में सॉस भर कर परीक्षण करते हैं। यदि सॉस की ब्रिक्स 16-20%हो तो सॉस तैयार समझना चाहिए।
- 8) **परिरक्षण-** तैयारसॉस में एसिटिक एसिड और सोडियम बेन्जोएट को अपेक्षित मात्रा में डालकर सॉस को अच्छी तरह चलाया जाता है। इसमें आवश्यकतानुसार खाने वाला रंग भी मिला सकते हैं।
- 9) **बोतल भरना, बन्द करना एवं संग्रह करना-** जब सॉस कुछ ठण्डी हो जाय तो इसे क्राउन कार्क वाली बोतलों में भरना चाहिए। तत्पश्चात् क्राउन कार्क मशीन से सील कर देते हैं। यदि आवश्यक हो तो ढक्कन वाले भाग पर मोम पिघला कर उसमें डुबा लेते हैं। तैयार सॉस को शुष्क एवं ठण्डे स्थान पर भण्डरित किया जाता है।

## पाँच किग्रा टमाटर से सॉस तैयार करने हेतु आवश्यक सामग्री

1. टमाटर के फल - 5 किग्रा
2. चीनी - 1.5 किग्रा
3. नमक - 50 ग्राम
4. लाल मिर्च - 25 ग्राम
5. प्याज - 200 ग्राम
6. लहसुन - 50 ग्राम
7. अदरक - 100 ग्राम
8. गर्म मसाला - 25 ग्राम
9. एसिटिक एसिड - 2.5 ग्राम
10. रंग (खानेवाले) - 1.2 ग्राम
11. सोडियम बेंजोएट - 1.25 ग्राम ( 2 छोटी चम्मच )

### अचार बनाना

अचार आंशिक रूप से किण्वित (लैक्टिक एसिड किण्वन) पदार्थ है। यह विभिन्न फलों और सब्जियों में नमक के माध्यम में तैयार किया जाता है। सरसों का तेल, सिरका, मसाले, एवं आवश्यकतानुसार चीनी मिलाकर तैयार किया जाता है। अचार पाचनशक्तिको बढ़ाता है। अचार भोजन में स्वाद को बढ़ाता है। कुछ अचार विशेष रूप से रोगियों के लिए तैयार किये जाते हैं जैसे- अदरक, नींबू, प्याज, लहसुन तथा आँवला आदि से तैयार किये गये अचार।

**अचार बनाने की विधि** - अचार बनाने की अनेक विधियाँ हैं। जिसमें से प्रमुख विधियाँ निम्नालिखित हैं-

1. सरसों के तेल में तैयार करना ।
2. नीबू के रस में तैयार करना ।
3. सिरका में तैयार करना ।

**1. सरसों के तेल में अचार तैयार करना-** इसमें नमक और तेल की प्रधानता रहती है। जो कि परिरक्षण का कार्य करते हैं। तेल में बने अचार को अधिक लोग पसन्द करते हैं जैसे- आम, कटहल, गाजर, मूली, शलजम, आँवला के अचार सरसों के तेल में तैयार किये जाते हैं ।

**2. नींबू के रस में अचार तैयार करना** - नींबू, अदरक, मिर्च, प्याज आदि को छोटे-छोटे टुकड़ों में काट कर, नमक एवं मसाले मिलाकर नीबू के रस में डालकर रख देते हैं। ये अचार 1-2 सप्ताह में प्रयोग कर लेने चाहिए ।

**3. सिरका में अचार तैयार करना-** प्याज, बन्दगोभी, खीरा इत्यादि के छोटे-छोटे टुकड़े काटकर नमक मिला लिया जाता है। हल्की धूप में रख कर उसे सिरके में डाल देते हैं। इस प्रकार से बना अचार कई महीनों तक सुरक्षित रहता है। स्वाद के अनुसार अचार को निम्नालिखित दो भागों में विभक्त किया जा सकता है।

**क) मीठा अचार** - ऐसे अचार को चीनी की 66% (चीनी की चासनी में ) सुरक्षित कर लिया जाता है।

**ख) खट्टा अचार-** यह खट्टे फलों से बनाया जाता है। इसमें 10-15% नमक मिलाकर संरक्षित कर लिया जाता है। इसको 1-2 सप्ताह में प्रयोग कर लेना चाहिए ।

### **नीबू का अचार बनाना**

नीबू के अचार बनाने हेतु पूर्ण विकसित, स्वस्थ फलों का चयन किया जाता है। इन फलों को चार समान टुकड़ों में काटकर छाया में सुखाते हैं। पानी सूख जाने पर इन टुकड़ों को

तैयार मसालों के साथ मिलाकर शीशे के जार में सूती कपड़े से ढककर धूप में रखा जाता है। आवश्यक नमक की एक चौथाई मात्रा मसाले मिलाते समय तथा शेष तीन चौथाई मात्रा एक सप्ताह बाद चम्मच की सहायता से नीबू के टुकड़ों में समान रूप से मिला देना चाहिए। जार को समय-समय पर अच्छी तरह से हिलाते रहना चाहिए। लगभग पन्द्रह दिन में जब नीबू के टुकड़ों का रंग गायब होने लगे तो अचार तैयार समझना चाहिए। अब ढक्कन को वायुरूद्ध तरीके से बन्द करके भण्डारित कर देते हैं।

### **आवश्यक सामग्री**

1. नीबू के कटे टुकड़े - 1 किग्रा
2. नमक - 200 ग्राम
3. हल्दी (पिसी) - 50 ग्राम
4. धनिया पाउडर (पिसी) - 50 ग्राम
5. जीरा (पिसा) - 50 ग्राम
6. कलौजी (पिसी) - 25ग्राम
7. राई (खड़ी) - 25 ग्राम
8. लाल मिर्च (पिसी) - 25 ग्राम

(मसालों को भूनकर पीस लेना चाहिए।)

### **तेल में आम का अचार बनाना**

सबसे पहले स्वस्थ और कच्चे आम लेते हैं। उन्हें साफ पानी से अच्छी तरह धो लेते हैं और उसे 4-6 भाग में काट कर गुठली, बीज निकाल लेते हैं और फिर तैयार मसाले को थोड़े तेल में मिलाकर आम के टुकड़ों में मिला लेते हैं। मसाले मिले आमों को धूप में रखने के बाद,

काचँ या प्लस्टिक के डिब्बों में, चीनी मिट्टी के बर्तन में भरकर ऊपर से तेल डाला जाता है और फिर ढक्कन बन्द करके सुरक्षित स्थान पर रख देते हैं। कुछ दिनों बाद आम कुछ गल जाने पर उसका टेस्ट करते हैं। लगभग 25-30 दिनों बाद अचार तैयार हो जाता है।

अचार बनाने हेतु आवश्यक सामग्री

- 1) आम - 1 किलो
- 2) नमक - 50 ग्राम
- 3) हल्दी - 25 ग्राम
- 4) धनिया - 40 ग्राम
- 5) सौंफ़ - 15 ग्राम
- 6) कलौंजी - 15 ग्राम
- 7) राई - 15 ग्राम
- 8) लाल मिर्चा - 20 ग्राम

**साफ मसालों को भूनने के बाद पीस कर प्रयोग करना चाहिए ।**

**नमक में आम का अचार बनाना**

आवश्यक सामग्री

- |                 |           |
|-----------------|-----------|
| आम के कच्चे फल- | 2 किग्रा  |
| नमक-            | 300 ग्राम |
| मेंथी दाना -    | 200 ग्राम |

कलौंजी- 50 ग्राम

काली मिर्च - 25 ग्राम

हल्दी और लाल मिर्च-आवश्यकतानुसार

**विधि-** सर्वप्रथम आमों को धोकर चार-आठ फांको में काटकर उनकी गुठली (बीज) निकाल कर धूप में हल्का सुखा लेते हैं। तत्पश्चात् सभी साम्रजी को आम के टुकड़ों को लपेट देते हैं और साफ ,सूखे चीनी मिट्टी या शीशे के जार में भरकर बन्द करके रख देते हैं। इससे अचार खराब नहीं होता है।

**विशेष-**

**1.एगमार्क-** यह खाद्य पदार्थ पर दिया जाने वाला शुद्धता का मानक प्रमाण पत्र है। इसका मुख्यालय कानपुर में स्थित है।

**2.ISI -** इसका कार्य खाद्य पदार्थ के अलावा अन्य उत्पादों पर गुणवत्ता प्रदान करने के लिए मानक चिन्ह प्रदान करना है। यह 159 उत्पादों पर प्रदान किया गया है। जैसे- स्टोव,मोटर पार्टस, स्विच, बल्ब, कुकर, लौह उत्पाद आदि पर। इसका मुख्यालय दिल्ली में स्थित है।

**3.WTO (World Trade Organization) -** यह विश्व व्यापार संगठन है। इसकी स्थापना 9 जनवरी 1995 को हुई। इसका मुख्यालय जेनेवा में स्थित है।

**4.BIS (Bureau of Indian Standard)** भारतीय मानक ब्यूरो- यह भारत सरकार का राष्ट्रीय निकाय है। इसका कार्यालय नई दिल्ली में स्थित है। तथा इसके पांच अन्य क्षेत्रीय कार्यालय कलकत्ता,चण्डीगढ़,मुम्बई,दिल्ली तथा चेन्नई में कार्यरत हैं इसका कार्य उत्पाद मानकीकरण,चिन्ह योजना से उपभोक्ताओं को राष्ट्रीय मानकों के अनुरूप गुणवत्ता का आश्वासन प्रदान करना है।

**5.FCI (Food Corporation of India)** भारतीय खाद्य निगम- इसकी स्थापना 1965 में हुई। इसका उद्देश्य देश में खाद्यानों का न्यायपूर्ण वितरण एवं उनके मूल्यों में स्थिरता लाना है। यह भारतीय खाद्य एवं रसद मंत्रालय के द्वारा नियंत्रित किया जाता है।

**6.UNESCO (United Nations Educational Social and Cultural Organization)** संयुक्त राष्ट्र शैक्षणिक, सामाजिक, वैज्ञानिक तथा सांस्कृतिक संगठन - इसकी स्थापना 4 नवम्बर 1946 को हुई तथा 14 दिसम्बर 1946 के दिन यह UNO का विशिष्ट आभिकरण बना। इसका मुख्यालय पेरिस में है तथा इसका कार्य अन्तर्राष्ट्रीय जगत में सांस्कृतिक गतिविधियों का संचालन करना है।

**7.WHO (World Health Organization)** विश्व स्वास्थ्य संगठन - इसका उद्देश्य विश्व की जनता को स्वास्थ्य की उच्चतम संभव दशा प्राप्त कराना है तथा सभी लोगों के जीवन स्तर को अधिक से अधिक ऊँचा बनाना है। इसका मुख्यालय (जेनेवा) स्विटजरलैण्ड में है।

**8)CAT (Centre for Advanced Technology)**- इसकी स्थापना 1984 में इन्दौर (M.P.) में की गई थी। लेसर एक्सीलरेटर्स तथा इनसे सम्बन्धित उच्च प्रौद्योगिकी क्षेत्रों जैसे- क्रायोजेनिक्स, आतिचालक, अल्ट्राहाई वैक्यूम इत्यादि में अनुसंधान कार्यक्रम चलाता है।

**9)LIC(Life Insurance Corporation of India)** भारतीय जीवन बीमा निगम- इसकी स्थापना 1956 में हुई । इसका मुख्यालय मुम्बई में है। यह अपना कार्य क्षेत्रीय कार्यालयों तथा शहरों में मण्डल कार्यालयों तथा शाखा कार्यालयों के माध्यम से करता है। इसका उद्देश्य जीवन बीमा का सन्देश फैलाना तथा जनता की बचत को राष्ट्र निर्माण के कार्यों के लिए जुटाना है।

**10)UTI (Unit Trust of India)** - भारतीय इकाई न्यास - इसकी स्थापना 1964 में की गई। यह छोटी - छोटी बचतों को जनता से एकत्र करके इसका निवेश औद्योगिक विकास में करता है।

अभ्यास के प्रश्न

1)सही विकल्प के सामने(√) का चिन्ह लगाइये -

**i) जैम तैयार किया जाता है।**

क) केला ख) सेब से

ग) नींबू से घ) अंगूर से

**ii) जेली बनायी जाती है।**

क) अमरूद ख) केला

ग) पपीता घ) गाजर

**iii) सॉस तैयार किया जाता है।**

क) नींबू ख) आम

ग) सेब घ) टमाटर

**iv) अचार तैयार किया जाता है।**

क) तेल में ख) पानी में

ग) नींबू के शर्बत में घ) इनमें से कोई नहीं ।

2)नीचे लिखे कथन में सही के सामने(√) तथा गलत के सामने (x) का निशान लगाइये -

i) जैम कच्चे फलों से बनाया जाता है।

ii) जैम पके फलों से बनाया जाता है।

iii) जैम अधपके फलों से बनाया जाता है।

- iv) जैम सूखे फलों से बनाया जाता है।
- v) जेली बनाते समय उसमें चीनी की मात्रा रस का मात्रा की 3/4होनी चाहिए।
- vi) टमाटर से सॉस बनाते समय फल समूचे रूप में डालना चाहिए।
- vii) जेली को बोतल में गर्म अवस्था में भरना चाहिए।
- viii) जेली पारदर्शी होनी चाहिए।
- ix) सॉस में चीनी की मात्रा 25%होती है।
- x) सॉस टमाटर की अपेक्षा सेब से अच्छी किस्म का बनता है।
- xi) सबसे अच्छा जैम नींबू से बनाया जाता है।
- xii) जेली फलों के गूदे से बनायी जाती है।
- xv)सॉस और केचप की मिठास बराबर होती है।
- xvi) जैम पारदर्शी होती है।

3) स्तम्भ 'क' को स्तम्भ 'ख' से सुमेल कीजिए-

**स्तम्भ 'क'**

**स्तम्भ 'ख'**

1.जेली

सेब

2.जैम तैयार

जेली

किया जाता है।

3.पेक्टिन युक्त फल

पारदर्शक होती है।

लेना चाहिए बनाने के लिए

4) जेली बनाने की विधि संक्षेप में लिखिए ।

5) आम का अचार नमक के साथ कैसे बनाया जाता है ? वर्णन कीजिए ।

6) जैम और जेली में अन्तर स्पष्ट कीजिए ।

7) अमरूद की जेली आप कैसे तैयार करेंगे ?

8) जैम किन-किन फलों से बनाया जाता है ? सेब से जैम आप कैसे तैयार करेंगे ?

9) टमाटर की सॉस तैयार करने के लिए उपयुक्त आवश्यक सामग्री के बारे में सारणी सहित वर्णन कीजिए ?

10) आम का अचार कैसे बनाया जाता है ?

11) नींबू का अचार कैसे बनाया जाता है तथा क्या-क्या सावधानियाँ बरतनी चाहिए ?