



ಬೆಲೆಬಾಳುವ ದಂಟಿನ ಬೆಳೆ

ಬರಹ-ಚಿತ್ರ: ಡಾ. ಸತ್ಯ

ಕನ್ನಡ ಭಾಷೆಯ ನಾಣ್ಣಡಿ ಒಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧ. ಮಗ ಎಂಟಕ್ಕೆ ದಂಟು ಅಂದ. ಭಾವಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಈ ಗಾದೆಯಲ್ಲಿ ದಂಟಿನ ಬಗ್ಗೆ ಅವಹೇಳನೆ ಇದೆ. ದಂಟಿನ ಬಗ್ಗೆ ಲಘುವಾದ ಭಾವನೆ ಸಹ ಇದೆ. ಆದರೆ ವಾಸ್ತವವಾಗಿ ಕೃಷಿಕರ ಕಾಮಧೇನು ಇದು. ಬಲು ಸರಳವಾಗಿ ಮನೆಯ ಎದುರು ಅಥವಾ ಹಿತ್ತಲ ಕಡೆ ಹತ್ತಡಿ ಹತ್ತಡಿ ಜಾಗವಿದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಬೆಳೆಯಲು ಬೀಜ, ನೀರಿನ ಸವಲತ್ತು ಮತ್ತು ಜಾನುವಾರುಗಳಿಂದ ರಕ್ಷಣೆ ಇದ್ದರೆ ಸಾಕು. ಬೆಳೆ ಸಲೀಸು.

ಬಲಿತ ಒಂದು ಗಿಡದ ಬೀಜ ಒಂದು ಹೊಲ ತುಂಬ ದಂಟು ಬೆಳೆಗೆ ಸಾಕು. ನುಣುಪು ಕರಿಬೀಜ ಹದ

ಹೊಲಕ್ಕೆ ಬಿತ್ತನೆ ಮಾಡಿದ ಮೂರೇ ದಿನದಲ್ಲಿ ಗಿಡ ಕುಡಿಯೋಡೆಯುತ್ತದೆ. ಒಂದೆರಡು ವಾರಕ್ಕೆ ಮೂರಿಂಚು ಬೆಳೆ. ತಿಂಗಳೊಪ್ಪತ್ತಿಗಲ್ಲ ಗೇಣುದ್ದದ ಎಳೆ ದಂಟು ಕಟಾವಿಗೆ ಸಿದ್ಧ. ನಿಮ್ಮ ಮನೆಯಂಗಳದ ಸೊಪ್ಪು ಗಾಡಿಗೆ ಸರಬರಾಜಾಗುವ ದಂಟನ್ನು ನೀವೇ ತಾರಸಿ ಪಾತಿಯಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕುಂಡದಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಬೆಳೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ.

ಕರುಳಿನ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆಯಲ್ಲಿ, ರಕ್ತ ಹೀನತೆ ರೋಗಿಗೆ ಸೊಪ್ಪು ತಿನ್ನಲು ಸಾಕಷ್ಟು ಸಲಹೆ ವೈದ್ಯರಿಂದ ದೊರಕಿತು. ಅಂಥಹ ವಿಶೇಷ ಈ ಹಿತ್ತಲಗಿಡದಲ್ಲೇನು ಎಂದಿರಾ? ನಿಜ. ಅರಿತವರಿಗೆ ಇದು ಹಿತ್ತಲ ಹೊನ್ನೇ ಸೈ. ಮೂಲವ್ಯಾಧಿಯ ರೋಗಿಗೆ, ರಕ್ತಸ್ರಾವವಿದ್ದರೆ ದಂಟಿನ ನಂಟು ಖಂಡಿತ ಸಹಕಾರಿ. ಹಸಿವು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸೊಪ್ಪನ್ನು ರಾಗಿ ಮುದ್ದೆಗೋ ಅನ್ನದ ಸಂಗಡವೋ, ಸಾರಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬಳಸುವ, ಕಡಕ್ ಜೋಳದ ರೊಟ್ಟಿಗೆ ಪಲ್ಯದ ರೂಪದಲ್ಲೋ ಬಳಸುವ ನಮ್ಮ ಅಡುಗೆಯಲ್ಲಿ ದಂಟಿಗೆ ಪ್ರಥಮ ಪ್ರಾಶಸ್ತ್ಯ! ಇದು ಬಡವರ ಸ್ಪೀನಾಚ್ ಎಂದರೆ ಅತಿಶಯವಿಲ್ಲ. ಹಸಿವೆ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಗುಣ ಸೊಪ್ಪಿಗಿದೆ.

ಕೆಂಪು ಮತ್ತು ಬಿಳಿ ದಂಟಿನ ಗುಣಧರ್ಮ ಬಹುತೇಕ ಒಂದೇ. ಸೊಪ್ಪಿನ ಸಸ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ಹೆಸರು ಕ್ರಮವಾಗಿ ಅಮರಾಂತಸ್ ಗೇಂಗೆಟಿಕಸ್ ಮತ್ತು ಅಮರಾಂತಸ್ ಬ್ಲಿಟಂ ವೆರೈಟಿ ಒಲರೇಸಿಯ. ಕುಲ ಅಮರಾಂತೇಸಿ. ಎಳೆ ಎಲೆಯು ಏ, ಬಿ೧, ಸಿ ಅನ್ನಾಂಗ, ಸಸಾರಜನಕ, ಪಿಷ್ಟ ಹಾಗೂ ವಿರಳ ಖನಿಜಗಳ ತವರು. ಬಲಿತರೆ ಇವು ಸ್ವಲ್ಪಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಡಿಮೆ. ಕೀರೆ, ಟೋಟಕೂರ, ಮಾರ್, ಮಾರ್ನ್ ಎಂದೆಲ್ಲಾ ಭಾರತೀಯ ಭಾಷೆಯ ವಿವಿಧ ಹೆಸರಿನ ದಂಟಿಗೆ ದೇವಭಾಷೆಯ ಹೆಸರು ಮಾರೀಷ, ತಂಡುಲೀಯ.
