

8. ശേഷിച്ച എണ്ണ മുഴുവൻ ഒഴിച്ച് എണ്ണ ചൂടാകുമ്പോൾ മുളക്പൊടി കലക്കിയത് ചേർത്ത് തിളപ്പിക്കുക. എണ്ണ തെളിയുമ്പോൾ ഗരംമസാല, കുരുമുളക്പൊടി എന്നിവയും ഉപ്പും, മഞ്ഞൾപൊടിയും, വിനാഗിരിയും ബാക്കി വെള്ളവും ചേർത്ത് നന്നായി തിളപ്പിക്കുക. എണ്ണ തെളിയുമ്പോൾ വറുത്തുവച്ച മീൻ ചേർത്ത് തിളപ്പിക്കുക.

9. വറുത്തുപൊടിച്ച കടുക്പൊടിയും പഞ്ചസാരയും ചേർത്തിളക്കി തണുത്തതിനുശേഷം അണുവിമുക്തമായ പാത്രങ്ങളിൽ വായു കടക്കാത്തവിധം അടച്ചു സൂക്ഷിക്കുക.

10. 3 ദിവസത്തിനുശേഷം ഉപയോഗിച്ചു തുടങ്ങാവുന്നതാണ്.

3-6 മാസം വരെ കേടുകൂടാതെ ഉപയോഗിക്കാം.

# മീൻ / ചെമ്മീൻ അച്ചാർ



തയ്യാറാക്കിയത്:

ഡോ. വിപിൻകുമാർ വി.പി., ഡോ. അശ്വതി എൻ., ശ്രീലത പി., ഡോ. ഷീനോജ് സുബ്രഹ്മണ്യൻ, ഡോ. രേഷ്മ ശിൽപ്പ്, ഡോ. അനൂജ എ.ആർ., ഡോ. സനൽ എബ്രഹീം, ഡോ. വികാസ് പി.എ., ഡോ. ഷൈൽട്ടൻ ഫദ്ദവ, കെ.പി. ശാലിനി, ആതിര പി.വി., (2021)

രൂപകല്പന:

അഭിലാഷ് പി.ആർ., ഷിനു എ.എം.

കേന്ദ്ര സമുദ്ര മത്സ്യ ഗവേഷണ സ്ഥാപനം, കൊച്ചി & ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റ് ഓഫ് സയൻസ് & ടെക്നോളജി, ന്യൂഡൽഹി.



ഭാരതീയ കാർഷിക ഗവേഷണ സമിതി  
**കേന്ദ്ര സമുദ്ര മത്സ്യ ഗവേഷണ സ്ഥാപനം**  
 പോസ്റ്റ് ബോക്സ് നം. 1603, എറണാകുളം നോർത്ത് പി.ഒ., കൊച്ചി

## തയ്യാറാക്കുന്ന വിധം:

മലയാളിയുടെ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും മത്സ്യത്തെ ഒഴിച്ചുനിർത്താനാവില്ല. നിത്യജീവിതത്തിലും, വിശേഷദിവസങ്ങളിലും മലയാളിയുടെ ഭക്ഷണത്തിൽ ഏതെങ്കിലുമൊക്കെ തരത്തിൽ/രൂപത്തിൽ ഒളിഞ്ഞും തെളിഞ്ഞും മത്സ്യമുണ്ടാകും. അതുകൊണ്ട് തന്നെ മത്സ്യം, ചെമ്മീൻ മുതലായവയെ കേടുകൂടാതെ സൂക്ഷിക്കുക എന്നതിന്റെ ആവശ്യകത ഊന്നിപ്പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ.

എങ്ങനെയാണ് മത്സ്യം/മീൻ ഇവ അച്ചറാക്കി സൂക്ഷിക്കുന്നത് എന്ന് പരിശോധിക്കാം.

**ചേരുവകൾ:** ഇഞ്ചി, പച്ചമുളക്, വെളുത്തുള്ളി, കറിവേപ്പില, എള്ളെണ്ണ, കാശ്മീരി മുളക് പൊടി, ഗരംമസാലപ്പൊടി, കുരുമുളക്പൊടി, കടുകു, വിനാഗിരി, പഞ്ചസാര, മഞ്ഞൾ പൊടി, വെള്ളം, കഴുകിവൃത്തിയാക്കിയ മീൻ/ചെമ്മീൻ.

ക്രമ നം	മീൻ ചേരുവകൾ	മീൻ	ചെമ്മീൻ
1.	കഴുകി വൃത്തിയാക്കിയ മീൻ/ചെമ്മീൻ	1 കിലോ	1 കിലോ
2.	ഉപ്പ്	100 ഗ്രാം	80 ഗ്രാം
3.	മഞ്ഞൾപ്പൊടി	5 ഗ്രാം	3 ഗ്രാം
4.	ഇഞ്ചി	200 ഗ്രാം	150 ഗ്രാം
5.	പച്ചമുളക് വൃത്തിയാക്കിയത്	50 ഗ്രാം	30 ഗ്രാം
6.	വെളുത്തുള്ളി	200 ഗ്രാം	150 ഗ്രാം
7.	കറിവേപ്പില	10 ഗ്രാം	10 ഗ്രാം
8.	എള്ളെണ്ണ	250 ഗ്രാം	230 ഗ്രാം
9.	കാശ്മീരി മുളക്പൊടി	100 ഗ്രാം	80 ഗ്രാം
10.	ഗരംമസാലപ്പൊടി	20 ഗ്രാം	15 ഗ്രാം
11.	കുരുമുളക്പൊടി	15 ഗ്രാം	10 ഗ്രാം
12.	കടുകു	30 ഗ്രാം	25 ഗ്രാം
13.	വിനാഗിരി	220 എം.എൽ	200 എം.എൽ
14.	പഞ്ചസാര	25 ഗ്രാം	20 ഗ്രാം
15.	വെള്ളം	1000എം.എൽ	750 എം.എൽ

1. പകുതി ഭാഗം ഉപ്പും മഞ്ഞൾപ്പൊടിയും എടുത്ത് വൃത്തിയാക്കിയ മീൻ/ചെമ്മീനിൽ പൂരട്ടി 10 മിനിട്ട് വെച്ചതിനു ശേഷം നല്ല വെയിലത്ത് 1-2 മണിക്കൂർ വെച്ചുണക്കുക.
2. 4,5,6,7 ചേരുവകളുടെ പകുതിഭാഗം അരച്ചും, ബാക്കി പകുതിഭാഗം ചെറിയ കഷണങ്ങളാക്കി മുറിച്ചും വയ്ക്കുക.
3. മുളക്പൊടിയുടെ പകുതിഭാഗം 300 മില്ലിലിറ്റർ വെള്ളത്തിൽ കലക്കി വയ്ക്കുക.
4. കുറച്ച് എണ്ണയിൽ കടുകു വറുത്ത് കോരി പൊടിച്ചു വയ്ക്കുക
5. വെലിയത്തു വെച്ച മീൻ/ചെമ്മീൻ നല്ലെണ്ണയിൽ അധികം മൊരിയാതെയും തെക്കിയാൽ തെങ്ങാത്ത പകുതിയും വറുത്തുകോരുക
6. 4,5,6,7 അരിഞ്ഞ ചേരുവകൾ വറുത്തുകോരുക
7. ആവശ്യമെങ്കിൽ അല്പം എണ്ണയും കൂടി ഒഴിച്ച് അരവ് മൊരിയിച്ച് കോരുക

### ചെറുകിട മീൻ അച്ചർ ഉത്പാദന യൂണിറ്റിന്റെ സാമ്പത്തിക വശം

ആവർത്തന ചെലവ്	കി. ഗ്രാം	രൂപ
മീൻ (ചുര)	80	28000.00
ഉപ്പ്	5	120.00
കറിപൊടികൾ	6	2796.00
പച്ചമുളക്	2	80.00
വെളുത്തുള്ളി	5	350.00
കറിവേപ്പില	0.25	10.00
ഇഞ്ചി	5	190.00
നല്ലെണ്ണ	11	3256.00
കടുകു	1.5	75.00
വിനാഗിരി	10	800.00
പഞ്ചസാര	1.25	56.00
കൂലി ചെലവ്		3000.00
<small>(5 തൊഴിൽ ദിനങ്ങൾ 600 രൂപ നിരക്കിൽ)</small>		
പാക്കേജിംഗ്	400 എണ്ണം	800.00
എൽ.പി.ജി.		600.00
	ആകെ	41,333.00

