http://krishipravahika.vitalbiotech.org/

e-ISSN: 2583 – 0430

कृषि-प्रवाहिका: ई-समाचार पत्रिका, (2026) वर्ष 6, अंक 10, 50-51

Article ID:675

मैदानी क्षेत्रों में ठंडीवर्गीय पालक की उन्नत खेती

नेहा ठाकुर

पादप कार्यिकी विभाग
कृषि महाविद्यालय, रायपुर
(इं.गां.कृ.वि.)

*अनुरूपी लेखक

नेहा ठाकुर*

परिचय

पालक की खेती का हरी सब्जी फसलों में विषेष स्थान है। देष के लगभग सभी भागों में रबी मौसम में इसकी खेती की जाती है। यह एक ऐसी सब्जी है जो पूरी दुनिया में इसकी खेती की जाती है। यह आयरन एवं विटामिन का उच्च स्त्रोत हैं। इसकी सेवन से कई स्वस्थ लाभ है जैसे रोगों से लड़ने की क्षमता को बढ़ाता है तथा इसके पते से पकोड़े, पराठा, पालक पनीर, सूप तथा सलाद के रूप में उपयोग किया जाता है। भारत में केरल, गुजरात, उत्तर प्रदेष और छतीसगढ़ प्रमुख उत्पादक राज्य है।

उत्पति

पालक का उद्भव पष्चिमी एषियाई के क्षेत्रों में हुई है। पालक को चीन तथा भारत देष के विभिन्न राज्यों जैसे – महाराष्ट्र, कर्नाटक और छतीसगढ़ के मैदानों मे सफलतापर्वक उगाया जाता है।

जलवायु

पालक षीत ऋतु की प्रमुख फसल है तथा इसे ठंडे मौसम में बहत ही सफलतापर्वक उगाया जाता है। लेकिन इसके कोमल पते बनने के लिए लंबे दिन का तापमान 15 से 25 सेंटीग्रेड आदर्ष माना जाता है।



चित्र क्र. 1 पालक भाजी

मिट्टी का चयन

पालक की खेती के लिए अच्छे जल निकास वाली बलुई दोमट तथा दोमट मिट्टी जिसमें उच्च जीवांष की मात्रा होती हो उपर्युक्त मानी जाती है। जिसका पी.एच. मान 6.0 से 7.0 हो तथा जलभराव और भारी मिट्टी न हो अन्यथा पालक के पौधे सड़ सकते है।

भूमि की तैयारी

ठंडीवर्गीय पालक की उन्नत उत्पादन के लिए भूमि में 100 क्विंटल अच्छे से सड़ी हुई गोबर खाद को जुताई के पूर्व मिट्टी में मिला देना चाहिए उसके बाद रोटावेटर से 2–3 जुताई करके समतल कर लेना चाहिए साथ ही उर्वरक 35 किलोग्राम नाइट्रोजन एवं सुपर फॉस्फेट 12 किलोग्राम डालना चाहिए।

पालक की उन्नत किस्में

ठंडी मौसम के लिए पालक की उन्नत किस्में लगानें के लिए प्रमुख है–

1. पूसा ऑल ग्रीन
2. पूसा हरित
3. पूसा ज्योति
4. ऑल ग्रीन
5. पंजाब ग्रीन और
6. पंजाब सिलेक्षन इत्यादि।

पालक का प्रसारण

पालक की उन्नत प्रवर्धन बीज के द्वारा किया जाता है। इसकी अच्छी खेती के लिए प्रमाणित बीज को लगाने के लिए उपयोग करें तथा इन्हें 12 सें 24 घंटे तक पानी में भिगो कर बुआई करें। इन्हें बोने से पहले 2.5 ग्राम बॉविस्टिन से प्रति किलो बीज को उपचारित कर लेना चाहिए। पालक की खेती के लिए 25 से 30 किलोग्राम प्रति हैक्टेयर की आवष्यकता होती है। क्यारी में बीज को पंक्ति से पंक्ति 20 से.मी. तथा पौधे से पौधे की दूरी 5 से.मी. पर 3 से 4 से.मी. की गहराई पर सितंबर और अक्टूबर में बोना चाहिए।

सिंचाई

पालक की उन्नत उत्पादन के लिए सर्दी के मौसम में 10 से 12 दिन तथा गर्मी के मौसम में 5 – 6 दिन के अंतराल पर सिंचाई करना अनिवार्य रहता है।

खरपतवार नियंत्रण

पालक की खेती में कोमल पती के उत्पादन के लिए अवांछनीय पौधे को 25 से 30 दिन में निराई गुडाई करके निकाल देना चाहिए। इससे पौधे को मिलने वाले खाद–उर्वरक एवं नमी का समुचित रूप से पौधे को मिलने लगेगें जिससे कोमल पती का अकार में बढोतरी होगी ।

कटाई एवं उपज

पालक को 6 – 8 सप्ताह में फसल कटाई के लिए तैयार हो जाती है। जब पौधौं की पतियां कोमल दिखाई देने लगे तब उन्हें काट लेना चाहिए तथा पालक औसतन ताजे पतियां 80 से 100 क्विंटल उपज प्रति एकड़ मिल जाती है