

झुंझुनू तहसील में कृषकों के आहार प्रतिरूप का भौगोलिक विश्लेषण

Vikash Kumar^{1*} Dr. Anita Mathur²

¹ Research Scholar, Department of Geography, Raj Rishi Bhartrihari Matsya University, Alwar, Rajasthan

² Associate Professor, Department of Geography, B.S.R. Govt. Arts College, Alwar, Rajasthan

शोध सार:- इस शीर्षक के तहत, अध्ययन क्षेत्र के लोगों द्वारा खपत खाद्य पदार्थों की मात्रा की गणना करने का प्रयास किया गया है। प्रकाश विश्व के अनुसार, "परिवर्तन के इस चरण में, लोगों ने कम पोषक तत्वों के साथ क्षेत्रीय खाद्य पदार्थों को त्यागकर अधिक पौष्टिक खाद्य पदार्थों को महत्व दिया है, लेकिन यह परिवर्तन अभी भी बहुत सीमित सीमा तक ही देखा जा रहा है। पोषण पर कुछ ध्यान दिया जा रहा है। केवल उन परिवारों में भोजन का मूल्य जिनका आर्थिक स्तर उँचा है या वे परिवार जो शिक्षित हैं, लेकिन संतुलित और पौष्टिक भोजन में विभिन्न खाद्य पदार्थों को कैसे संयोजित किया जाए यह क्षेत्र अभी तक अनदेखा है।" अध्ययन क्षेत्र में विभिन्न खाद्य पदार्थों की क्षेत्रीय उपलब्धता पर निर्भर करता है। इस शीर्षक के तहत दैनिक, साप्ताहिक और विशेष अवसरों पर लिए जाने वाले खाद्य पदार्थों को रखा गया है, इसके अलावा, गर्भवती महिलाओं को दिए जाने वाले खाद्य पदार्थ, प्रसव के बाद माताओं और दूध पिलाने वाली माताओं, 3 साल से कम उम्र के बच्चों, भोजन, पर दिए गए भोज। सम्मान और धार्मिक अनुष्ठानों के अवसर, सुबह, दोपहर और शाम के भोजन के साथ-साथ रिश्तेदारों, अन्य आगंतुकों और पुजारियों द्वारा जारी किए गए खाद्य पदार्थ पहपवने समारोहों, मौलवियों के लिए भोजन की व्यवस्था आदि का अध्ययन किया गया है।

मुख्य अध्ययन बिंदु:- झुंझुनू तहसील किसानों का आहार प्रतिरूप, संतुलित आहार की भिन्नता, किसानों के आहार का संतुलन, मौसमी परिवर्तन और भोजन की आदतें।

-----X-----

परिचय:-

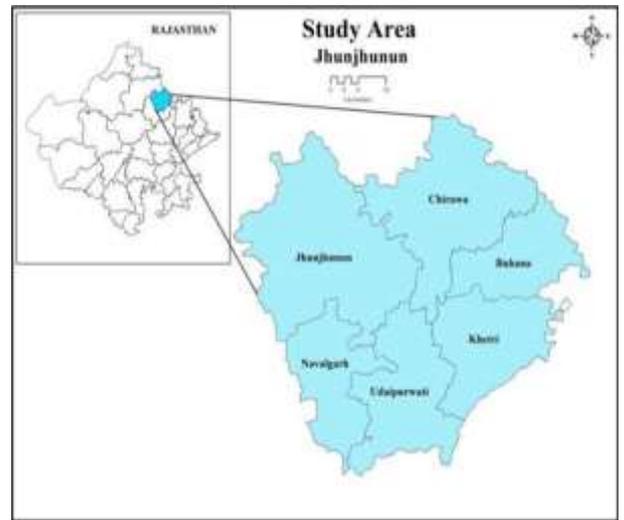
भोजन मनुष्य की सबसे महत्वपूर्ण बुनियादी आवश्यकता है, जिसके बिना कोई भी प्राणी जीवन की कल्पना नहीं कर सकता है। जीवन की शुरुआत से लेकर जीवन के अंत तक, मनुष्य को शांत और शारीरिक विकास के लिए भोजन की आवश्यकता होती है। डॉ. रंधावा के अनुसार, "भोजन की आदत और जिस वातावरण में मनुष्य रहता है, वह एक करीबी रिश्ता है जिसके लिए मनुष्य पहले पर्यावरण के साथ संबंध स्थापित करता है, फिर उस वातावरण के अनुसार वह अपनी आदतों और स्वभाव को समायोजित करता है। इन आदतों में। आदमी पहले खाने की आदतों को समायोजित करता है और बाद में अन्य आवश्यकताओं को संतुलित करता है।" अली मोहम्मद का मानना है कि भोजन और भोजन की आदतों के निर्धारण में आय का आकार सर्वोपरि है। खाद्य आदतों में लगभग समान होने के बावजूद, आय का आकार और खाद्य पदार्थों की खाद्य

आदतों में न्यूनतम अंतर होता है। "चैहान आरवी सिंह के अनुसार" समय के साथ, स्थायी आदतें, स्थायी विकल्प और स्थायी रुचियां बदल जाती हैं। परिधीय अंतर आय का आकार, परिवार का आकार, खाद्य पदार्थों की उपलब्धता और लोगों के रहने का तरीका आदि। अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में भोजन की आदतों में बहुत अधिक भिन्नता है। यद्यपि तहसील के विभिन्न क्षेत्रों में रहने वाले लोग एक ही प्रशासन के तहत शासित होते हैं, फिर भी विभिन्न क्षेत्रों में परिस्थितिजन्य मतभेद लोगों के भोजन की आदतों में अंतर पैदा करते हैं।

अध्ययन क्षेत्र:-

झुंझुनू राजस्थान के उत्तर-पूर्वी भाग में स्थित है। झुंझुनू तहसील की प्रमुख ग्राम पंचायतें अलसीसर, मलसीसर, बगड़, अबुसर, भीमसर, भोजासर, जैतपुरा, बाजला, हरनाथपुरा,

देसूसर, चुडेला, नरसिंहपुरा, इस्लामपुरा, गोपालपुरा आदि हैं। यह तहसील राज्यमार्ग पर स्थित है।), स्टेट हाइवे -41 (फतेहपुर-राजगढ़) और स्टेट हाइवे -37 (चैमू से चूरू के माध्यम से श्रीमदहेपुर)। यह राज्य की राजधानी जयपुर से 185 किमी दूर शेखावाटी क्षेत्र का एक महत्वपूर्ण शहर है। की दूरी पर स्थित है। यहाँ उत्तर पश्चिम रेलवे का स्टेशन है, यह रेल लाइन द्वारा जयपुर, सीकर, चूरू और लहारू से जुड़ा हुआ है। यह तहसील सीकर, नवलगढ़, चिड़ावा, मंडावा, फतेहपुर, चूरू, लोहारू और अन्य महत्वपूर्ण गांवों जैसे इसके आसपास के अन्य महत्वपूर्ण शहरों से सड़क मार्ग द्वारा अच्छी तरह से जुड़ा हुआ है। यह माध्य समुद्र तल से लगभग 338 मीटर की ऊँचाई पर 28°8 "उत्तरी अक्षांश और 75°24" पूर्वी देशांतर पर स्थित है। झुंझुनू राजस्थान के शेखावाटी क्षेत्र का एक महत्वपूर्ण शहर है। यहाँ की जलवायु गर्म और शुष्क है। गर्मियों में धूल भरे तूफान यहाँ की जलवायु के विशिष्ट हैं। शीत ऋतु नवम्बर के मध्य से आरम्भ होकर मार्च तक रहती है। ग्रीष्म ऋतु जून के अंत तक रहती है। दक्षिण-पश्चिम मानसून काल जुलाई से सितम्बर तक रहता है। यहां गर्मियों में अधिकतम तापमान जून माह में 46°C तक पहुंच जाता है। जनवरी माह शीत ऋतु का सबसे ठंडा महीना होता है तथा शीत ऋतु में न्यूनतम तापमान 4.2°C तक पहुंच जाता है। यहां पर दक्षिण-पश्चिम मानसून के द्वारा वर्षा होती है। यहां सामान्य वार्षिक वर्षा 44.45 से. मी. है जो अन्य नगरों की तुलना में कम रहने के कारण कृषि उत्पादन भी कम होता है। देश के बड़े व्यापारिक घरानें यथा बिड़ला एवं खेतान इसी क्षेत्र के निवासी हैं। इस क्षेत्र के शूरवीरों का भारतीय सेना में महत्वपूर्ण योगदान रहा है।



शोध उद्देश्य:-

1. अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में कृषकों के आहार प्रतिरूप का अध्ययन किया गया है।
2. अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में कृषकों की आहार विविधता का विश्लेषण किया गया है।
3. अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में कृषकों के आहार संतुलन का अध्ययन किया गया है।

शोध परिकल्पना:-

1. अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में मौसम के अनुसार भोजन की प्रवृत्ति एवं आदतें बदलती रहती हैं।
2. अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील में लघु एवं बड़े किसानों के आहार प्रतिरूप में अंतर मिलता है।

शोध विधितन्त्र:-

उपर्युक्त अध्ययन में प्राथमिक आँकड़ों का उपयोग कृषकों से व्यक्तिगत सम्पर्क स्थापित करके किया गया है इसके लिए प्रश्नावली, अनुसूची, साक्षात्कार आदि माध्यम अपनाए गए हैं। द्वितीयक डेटा खाद्य विभाग, ग्राम पंचायत आदि से प्राप्त किए गए हैं।

झुंझुनू तहसील में किसानों की आहार पद्धति: -

प्रस्तुत शोध इस शीर्षक के तहत झुंझुनू तहसील में किसानों के आहार पैटर्न का विश्लेषण करता है। इसके लिए, सर्वेक्षण से प्राप्त खाद्य पदार्थों को तीन प्रमुख श्रेणियों में विभाजित किया गया है।

पहला मुख्य खाद्य पदार्थ:-

मुख्य खाद्य पदार्थ आमतौर पर सभी वर्गों द्वारा पेट भरने के लिए स्वीकार किए जाते हैं। इन पदार्थों का न केवल बहुतायत में सेवन किया जाता है, बल्कि लोगों के भोजन में

इन पदार्थों की भागीदारी भी सबसे अधिक है। "खाद्य पदार्थों में एक वर्ग से दूसरे वर्ग में कम भिन्नता है, लेकिन तुलनात्मक रूप से छोटे कृषक परिवारों और बड़े कृषक परिवारों में यह अंतर अधिक दिखाई देता है। उदाहरण के लिए, रोटी और दाल विभिन्न वर्गों में प्रधान खाद्य पदार्थों के रूप में प्रचलित हैं, जो मुख्य रूप से प्रचलित हैं। अलसीसर, मालसीसर, नरसिंहपुरा, मालिनी की ढाणी, अबुसार और बगदाद के ग्रामीण हिस्से।

क्षेत्रीय भाषा में तरकारी के रूप में जानी जाने वाली सब्जियाँ बड़े और मध्यम आकार के कृषक परिवारों में मुख्य खाद्य पदार्थों के रूप में प्रचलित हैं, जबकि सीमांत और छोटे आकार के कृषक परिवारों में, सब्जियाँ पूर्ण रूप से या आंशिक रूप से दालों के स्थान पर पाई जाती हैं और शायद ही कभी उपयोग की जाती हैं। पूरा हो गया है। यह भोजन प्रतिरूप अलसीसर, मलसीसर, अबुसार, नरसिंहपुरा, चुडेला, बगड़ में लोकप्रिय है।

सूची नं० 1
विभिन्न प्रचलित खाद्य पदार्थ

मुख्य खाद्य पदार्थ				
सामान्य कृषक	लघु कृषक	लघु मध्यम कृषक	मध्यम कृषक	बड़े कृषक
रोटी	रोटी	रोटी	रोटी	रोटी
दाल	दाल	दाल	सब्जी	सब्जी
भात	भात	भात	दाल	दाल
साग	साग	तरकारी	साबल	साबल
हरखारी	बोखरा	साग	परांठा	पुड़ी
भुर्ला	खिचरी	भुर्ला	पुड़ी	परांठा
सालू	सालू	खिचरी	खिचरी	खीर
खिचरी	लप्पी	सालू	सालू	हलुवा
कोहरी	धुप्परी	परांठा		खिचरी
लप्पी				सालू
कराचल	सालन			
सहायक खाद्य पदार्थ				
घटनी	घटनी	घटनी	अचार	अचार
भंडेरी	कड़ी	अचार	मुरम्बा	घटनी
कड़ी	भंडेरी	भंडेरी	घटनी	मुरम्बा
घट्टा	घट्टा	कड़ी	दही	रापला
		घट्टा	रापला	दही
			दही	दही
				सालाद

गौण खाद्य पदार्थ				
परांठा	पराठा	पूड़ी	पूड़ी	पूड़ी
चिल्ला	पुआ	पुआ	कचौड़ी	दही
भकोसा	सेवंई	सेवंई	मालपुआ	कचौरी
दालपूरी	दालपूरी	दही	हलुवा	तस्मई
बेढ़ई	कचौरी	रसखीर	पकौड़ी	मालपुआ
गुलगुला	चौसेला	सिधाड़ा	रसखीर	चीनी-की पूड़ी
फुलौरी	विढ़ई	बरा	सिधाड़ा	शकरपारे
गादा	चिल्ला	रसखीर	मुगीरा	खीर
सेवंई	भकोसा	पुआ	पकौड़ी	दही-बरा
पकौड़ी	पुआ	पकौड़ी	गादा	दही-बरा
पुआ	पकौड़ी	पकौड़ी	गादा	दही-बरा
लाईघना	घट्टा	घट्टा	पंजीरी	मुगीरा
पंजीरी	गादा	आलू	कुन्हडौरी	नमकीन
पेड़ा	गुलगुला	बड़े	चावल बरी	चाय
खोया	बरा	बेढ़ई	चिप्स	चिप्स आलू
जलेबी	मुगीरा	मिथोरी	मछरी	बड़े
पेड़ा	मलीदा	विमोना	विस्कुट-चाय	आलू पापड़
भूंगा	जलेबी	कचौरी	नमकीन	चावल बरी
	लड्डू			

द्वितीय-सहायता खाद्य पदार्थ: -

खाद्य पदार्थों में, बाजरा राबड़ी आम तौर पर सीमांत किसानों, छोटे किसानों और छोटे से मध्यम किसानों के बीच मुख्य भोजन के रूप में लोकप्रिय है, जबकि झुंझुनू को मध्यम और बड़े आकार के किसान परिवारों में मुख्य भोजन के रूप में शामिल नहीं किया गया है। यह राबड़ी के रूप में मध्याह्न भोजन में वर्ष के कुछ दिनों में ही प्रचलित होता है और रात के भोजन के साथ शायद ही कभी खाया जाता है। यह भोजन मुख्य रूप से हरनाथपुरा, जैतपुरा, देसुसर, भीमसर, भोजासर, गोपालपुरा, बगड़, खारिया, अलसीसर, रामपुरा, मालसीसर के ग्रामीण भागों में प्रचलित है।

तीसरा विशेष खाद्य पदार्थ

विशिष्ट खाद्य पदार्थों में छोटे प्रवासी श्रमिक परिवारों के बीच मांसाहारी अधिक प्रचलित है, जबकि बड़े किसान परिवारों में मांसाहारी का प्रचलन नहीं है, मांसाहारी मांसाहारी मांस, मछली और पक्षियों के मांस के साथ मुस्लिम परिवारों में प्रमुख खाद्य पदार्थ है। कुछ लोगों में अंडे के सेवन की व्यापकता भी देखी गई। यह खाद्य प्रतिरूप झुंझुनू शहर, बगड़ शहर, मालसीसर शहर, नरसिंहपुरा आदि में लोकप्रिय है।

विभिन्न वर्गों के भोजन की आदतों में प्रचलित कुछ विशेष खाद्य पदार्थों को शामिल किया जा सकता है, जिसमें बाजरे की रोटी, चना, मूंग, मोठ, ग्वार की फली, मत्री की सब्जी, कचरी की सब्जी, पराठा, खिचड़ी, महरी, राबड़ी और छाछ आदि का आमतौर पर अभ्यास किया जाता है। छोटे किसान

परिवारों में सुबह के भोजन (नाश्ते) में, जबकि हलवा, पूड़ी, दही, सत्तू और खिचड़ी बड़े किसान परिवारों में अधिक पसंद की जाती है जो विशेष अवसरों पर बनाई जाती हैं। इस प्रकार, यह कहा जा सकता है कि कड़ी मेहनत के कारण, सभी वर्गों में ठोस भोजन का सेवन करने का चलन है।

विशिष्ट खाद्य पदार्थ				
दाल-पूड़ी,	पुआ,	पूड़ी,	पूड़ी,	पूड़ी,
परांठा,	परांठा,	पुआ,	मालपुआ,	कचौरी,
कचौड़ी,	सेवई,	कचौड़ी,	कचौड़ी,	खीर,
बेवई,	दालपूड़ी,	सेवई,	खीर,	मालपुआ,
भकोसा,	कचौड़ी,	गादा,	सेवई,	शकरपंर,
सेवई,	मलीदा,	पंजीरी,	रसखीर,	सेवई,
गुलगुला,	चौसेला,	बेवई,	निमोना,	रसखीर,,
बिल्ला,	बेवई,	चौसेला,	गादा,	निमोना,
करायल,	गुलगुला,	रसखीर,	कोहरी,	आलू बंडे,
लप्सी	भकोसा,	परांठा,	फल,	हनुआ
	बिल्ला,	आलू-बंडे,	कढ़ी	कोहरी
	बरा,	बिल्ला		
	मुगीरा,			
	सालन,			
	चोख,			
	पंजीरी,			
	घट्टा			

संतुलित आहार का परिवर्तन: -

विभिन्न लोगों को कई कार्यों के अनुसार भोजन में विभिन्न पोषक तत्वों की अलग-अलग मात्रा की आवश्यकता होती है, जो निम्न बातों पर निर्भर करता है:

(१) आयु:-

जब शरीर बचपन में विकसित होता है, तो बच्चे को अधिक मात्रा में वसा और प्रोटीन की आवश्यकता होती है। बुढ़ापे में, पाचन शक्ति कमजोर हो जाती है, फिर इन तत्वों की आवश्यकता कम होती है।

(२) जलवायु:-

शीत-जलवायु वाले देश गर्मी-उन्मुख देशों की तुलना में अधिक गर्मी का उपयोग करते हैं, इसलिए ठंडे-ठंडे देशों को अपेक्षाकृत अधिक भोजन की आवश्यकता होती है।

(३) लिंग:-

पुरुषों की तुलना में महिलाओं को कम मात्रा में भोजन की आवश्यकता होती है।

(४) परिश्रम:-

शारीरिक श्रम करने वाले लोगों के शरीर में अधिक ऊर्जा और गर्मी का नुकसान होता है, इसलिए इसे पूरा करने के लिए अधिक भोजन की आवश्यकता होती है। उनके भोजन में स्टार्च की मात्रा अधिक होनी चाहिए। मानसिक श्रम करने वाले लोगों को भोजन की कम मात्रा की आवश्यकता होती है, लेकिन उनमें प्रोटीन की मात्रा अधिक होनी चाहिए।

किसानों का आहार संतुलन:-

झुंझुनू तहसील में, ग्रामीणों द्वारा दैनिक और विशिष्ट अवसरों पर खपत किए गए खाद्य पदार्थों की विस्तृत जानकारी के आधार पर उनके खाद्य पदार्थों की मात्रा निर्धारित की गई है। एक रिपोर्ट के आधार पर, इस क्षेत्र में सुबह के समय लिए गए खाद्य पदार्थों में, जिन्हें क्षेत्रीय भाषा में नाश्ता, चबेना और कलेवा इत्यादि के रूप में जाना जाता है, परांठा-अचार, छाछ राबड़ी और महेरी का प्रचलन कुछ परिवार हैं सामान्य रूप से पीता है। पदार्थ दूध, चाय, मट्ठा आदि का सेवन करते पाए गए, जबकि कुछ परिवारों ने दूध से बनी चीजें जैसे खीर, सेवई, दही, और कुछ परिवारों में चूरमा, गुंजिया, चना धानी, मिर्च, और राबड़ी की मौसमी उपलब्धता के आधार पर बनाया। जैसे गरीब किसान कचैरी, पकौड़ी और आलू आदि का सेवन करते हुए देखा गया। दोपहर के भोजन में रोटी दाल, तरकारी, साग की प्रमुखता पाई गई, जो मुख्य रूप से अलसीसर, मलसीसर, नरसिंहपुरा, मालियों की ढाणी, आबूसर के ग्रामीण भागों में प्रचलित है। और बगदार।

कुछ परिवारों में मांसाहारी भोजन भी मिलता था। मध्याह्न भोजन में शाम के भोजन की प्रमुखता होती है, मुस्लिम परिवार आमतौर पर केवल शाम के भोजन में मांसाहारी भोजन लेते हैं। यह खाद्य प्रतिरूप झुंझुनू शहर, बगड़ शहर, मलसीसर शहर, नरसिंहपुरा आदि में लोकप्रिय है।

गरीब परिवारों के लिए, उनकी गरीबी आम खाद्य पदार्थों की आवश्यक मात्रा के उपभोग में एक बड़ी बाधा है, जिसके कारण गरीब और मेहनतकश लोगों के बीच मादक पेय पदार्थों का सेवन करने का चलन बढ़ रहा है। गरीबी के कारण, ग्रामीण समाज का एक बड़ा वर्ग अपने सामान्य आहार में किसी विशेष खाद्य पदार्थ को समायोजित करने की स्थिति

में नहीं है। सर्वेक्षण में यह पाया गया कि शाकाहारी परिवारों को छोड़कर पूरी तरह से शाकाहारी भोजन विधवाओं में प्रचलित है, जिसमें प्याज और लहसुन का उपयोग भी निषिद्ध है। यह भोजन पद्धति अलसीसर, मालसीसर, अबूसर, नरसिंहपुरा, चुडेला, बगड़, माली की ढाणी, गोपालपुरा, भीमसर, भोजासर, हरनाथपुरा आदि में लोकप्रिय है।

इसी प्रकार, जो लोग विशेष विशेष दिनों में धार्मिक व्रत या उपवास रखते हैं, एकादशी, शिवरात्रि, जन्माष्टमी, नव दुर्गा और रामनवी, आदि शुद्ध शाकाहारी भोजन भी प्रचलित है जिसमें लहसुन, प्याज, नमक और कभी-कभी खाद्यान्न का उपयोग पूरी तरह से किया जाता है। या आंशिक रूप से निषिद्ध, इनमें से अधिकांश लोगों को फल और दूध या दूध उत्पादों का सेवन करने की प्रथा है, कुछ अवसरों पर प्रसाद के रूप में खाद्य पदार्थों का वितरण भी होता है, कुछ खाद्य पदार्थों को दक्षिणा के रूप में दान किया जाता है।, मौलवी को भी दिए जाते हैं। साधु संतों और भिक्षावृत्ति में खाद्य सामग्री भी प्रदान की जाती है। यह भोजन मुख्य रूप से हरनाथपुरा, जैतपुरा, देसुसर, भीमसर, भोजासर, गोपालपुरा, बगड़, खारिया, अलसीसर, रामपुरा, मालसीसर के ग्रामीण भागों में प्रचलित है।

ऋतु परिवर्तन और भोजन की आदतें:-

अध्ययन क्षेत्र: झुंझुनू तहसील के खाद्य पैटर्न और भोजन की आदतों को मौसम परिवर्तन से बहुत अधिक नियंत्रित किया जाता है, क्योंकि विभिन्न मौसमों में क्षेत्रीय भोजन का उत्पादन भिन्न होता है। सर्वेक्षण में पाया गया है कि अध्ययन क्षेत्र झुंझुनू तहसील, छाछ रबड़ी, खिचड़ी, और परांठा पारंपरिक रूप से सुबह के नाश्ते में लोकप्रिय हैं, लेकिन इन खाद्य पदार्थों की आवृत्ति मई, जून और जुलाई में चने जैसे मौसमों में बदलाव के साथ बदलती रहती है। राबड़ी गेहूं या जौ से तैयार होती है, जबकि गेहूं दलिया अक्टूबर, नवंबर में लोकप्रिय है। अन्य दिनों में, परांठा, चटनी/अचार, खीर, महेरी, लपसी, मिर्च, पकोड़े का सेवन प्रचलित है। इसी प्रकार, खाद्य पदार्थों की व्यापकता शाम और मध्याह्न भोजन में देखी गई है। जैसा कि उच्च वर्ग और आर्थिक रूप से संपन्न वर्गों में गेहूं की रोटी की खपत का चलन लगभग साल भर देखा गया था, इन परिवारों में मोटे अनाज ज्वार-बाजरा और मक्की की रोटी का सेवन केवल स्वाद बदलने के लिए सीमित है, जबकि निम्न और आर्थिक रूप में खपत की प्रवृत्ति मोटे अनाज की तुलना में विभिन्न जातियों में अधिक है। इसी तरह, दाल के संबंध में एक अंतर था, उच्च वर्ग में अरहर, उड़द, मूंग की दाल का उपयोग अधिक किया जाता है, जबकि चना और मटर की दालें निम्न वर्ग में अपेक्षाकृत अधिक होती हैं। बाजरे की रोटी के उपयोग में भी यही अंतर

देखा गया। निम्न वर्ग में, चारे की आवृत्ति दिसंबर, जनवरी और फरवरी में अधिक रहती है, जबकि मार्च के बाद चारे का उपयोग कम हो जाता है। यह भोजन मुख्य रूप से हरनाथपुरा, जैतपुरा, देसुसर, भीमसर, भोजासर, गोपालपुरा, बगड़, खारिया, अलसीसर, रामपुरा, मलसीसर के ग्रामीण भागों में प्रचलित है।

सब्जियों का उपयोग जलवायु परिवर्तन से भी नियंत्रित होता है, अप्रैल से सितंबर तक लौकी, कद्दू, तरोंई, भिंडी, करेला और टिंडा आदि का उपयोग किया जाता है, जबकि अक्टूबर के बाद आलू, टमाटर, फूलगोभी, गोभी और बैंगन, मूली का उपयोग बढ़ जाता है। यह ज्ञात है कि आलू का उपयोग वर्ष के अधिकांश समय तक रहता है। पालक, चैलाई, मूली, बथुआ, मेथी, हरी चने की पत्तियां और सरसों की पत्तियां पत्तेदार सब्जियों में लोकप्रिय हैं, जबकि साग, अमरनाथ, मूली के पत्ते, बथुआ, धनिया आदि निम्न वर्ग में अधिक आम हैं। एक मूल्य पर प्राप्त हुआ। यह स्पष्ट है कि अधिकांश लोग क्षेत्रीय और मौसमी खाद्य पदार्थों द्वारा नियंत्रित और नियंत्रित होते हैं।

निष्कर्ष:

एक क्षेत्र में एक परिवार के लिए, इसका आहार सामाजिक संबंधों का एक महत्वपूर्ण निर्धारक है। यह देखा गया है कि लोग आमतौर पर अपने वर्ग के आगतुकों, रिश्तेदार रिश्तेदारों के लिए किसी विशेष प्रकार की भोजन व्यवस्था नहीं करते हैं, बल्कि सामान्य भोजन देते हैं जिसमें रोटी, दाल, चावल, सब्जी का अचार, चटनी आदि मुख्य होते हैं। कुछ विशेष अवसरों पर, लोग पुड़ी, कचोरी, एक से अधिक सब्जी, खीर, रायता, दही, हलवा और हलवाई आदि का इंतजाम करते हैं। यह विशिष्ट प्रकार का भोजन उनके आर्थिक स्तर के अनुसार विभिन्न वर्गों में भिन्न होता है। विशेष भोजन प्रणाली में, मांस (बकरी या पक्षी), मछली, अंडे, साथ ही साथ अल्कोहल युक्त तरल भोजन मांसाहारी खाद्य पदार्थों के तहत प्रचलित है, अन्य पेय पदार्थों में चाय और शर्बत आम हैं। लगभग सभी मुस्लिम परिवारों में, मेहमानों को विशेष मांसाहारी भोजन परोसा जाता है। जाति और आर्थिक स्तर के अनुसार आतिथ्य में प्रचलित खाद्य पदार्थों की व्यापकता मिलती है।

सन्दर्भ सूची

Aslam Mohammad (1977): Statistical Methods in Geographical Studies, Rajesh Publication, New Delhi.

A survey and Research in Geography by ICSSR, New Delhi, Popular Publication Bombay, 1972.

Chauhan, D.S. (1952): Agricultural Economics, Laxmi Narayan Agrawal and Sons, Agra.

Chauhan, D.S. (1966): Studies in Utilization of Agricultural Land, Shiv Lal Agrawal Co. Agra.

Chauhan, T.S. (1987): Agricultural Geography. A Study of Rajasthan State, Academic Publishers, Jaipur.

दत्त, जानेंद्र एवं सूर्यमणि मिश्र (1986): भूमि उपयोग मानचित्रण, राष्ट्रीय एटलस एण्ड थिमेटिक मैपिंग आर्गनाइजेशन, कलकत्ता

Indrapal, Dhabaria S.S. & Kalwar S.C. (1994): Changing Contours of Arid Ecology, Vol. I, Asian Environmental Council, Jaipur.

कमलेश, एस. आर. (1996): कृषि भूगोल, बिलासपुर संभाग में कृषि विकास का स्तर, वसुन्धरा प्रकाशन, गोरखपुर

कोली हरिनारायण (1996): पर्यावरण एवं मानव, संसाधन, पोईन्टर पब्लिसर्स, जयपूर (राज)

कुमार, प्रमीला एवं श्री कमल शर्मा (1985): कृषि भूगोल, म.प्र. हिन्दी ग्रन्थ अकादमी, भोपाल

कुण्डु, अनिल कुमार एवं सूर्यमणि मिश्र (1988): भूमि उपयोग मूल्यांकन एवं मानचित्रण, राष्ट्रीय एटलस एण्ड थिमेटिक मैपिंग आर्गनाइजेशन, कलकत्ता

पाण्डेय जे.एन.एवं एस.आर.कमलेश (1999): कृषि भूगोल, वसुन्धरा प्रकाशन, गोरखपुर (उ.प्र.).

पाण्डेय, जगत नाराण (1969): पूर्वी उत्तरप्रदेश के शस्य संयोजन क्षेत्र, उत्तर भारत भूगोल पत्रिका, गोरखपुर

शर्मा बी.एल. (1979): राजस्थान में शस्य भूमि उपयोग तीव्रता एवं उत्पादकता, भूदर्शन

शर्मा सुरेशचन्द्र (1971): जिला इटावा में भूमि उपयोग, उत्तर भारत भूगोल पत्रिका

श्रीवास्तव, व्ही.के. (1977): सामान्य भूमि उपयोग: मॉडल विधितंत्र एवं प्रयोग, उत्तर भारत भूगोल पत्रिका

सिंह, बृजभूषण (1974): शस्य समिश्रण विधि में एक पुनरावलोकन, उत्तर भारत भूगोल पत्रिका

सिंह, जगदीश (1981): कृषिगत गहनता एवं विविधता तथा ग्रामीण विकास, गोरखपुर तहसील का प्रतीकात्मक अध्ययन, उत्तर भारत भूगोल पत्रिका

Corresponding Author

Vikash Kumar*

Research Scholar, Department of Geography, Raj Rishi Bhartrihari Matsya University, Alwar, Rajasthan