

ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ: ಒಣ ಮೇವಿನ ಪೌಷ್ಟಿಕರಣ

ಮಹಾಂತೇಶ ಮ. ನೇಕಾರ ಮತ್ತು ವಿಜಯಕುಮಾರಿ ತ. ಚಿಲಕವಾಡ
ಪಶು ಸಂಗೋಪನಾ ಪಾಲಿಟೆಕ್ನಿಕ್, ಕುನ್ನೂರು, ತಾ. ಶಿಗ್ಗಾವ, ಜಿ. ಹಾವೇರಿ

☎: 9448515257

ಮಿಂಚಂಚೆ: dr.m.m.nekar@gmail.com

ನಮ್ಮ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಅತೀ ಕಡಿಮೆ ಭೂ-ಹಿಡುವಳಿದಾರರ ಸಂಖ್ಯೆಯೇ ಹೆಚ್ಚು. ರೈತರಿಗೆ ಕೇವಲ ಕೃಷಿಯ ಮೂಲದಿಂದ ಬರುವ ಆದಾಯದಿಂದ ಮನೆಯ ಆರ್ಥಿಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಕಷ್ಟ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೃಷಿಯ ಜೊತೆಗೆ ಪಶು ಸಂಗೋಪನೆಯಿಂದ ಬರುವ ಆದಾಯದಿಂದ ದೈನಂದಿನ ಆರ್ಥಿಕ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಜಾನುವಾರುಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಳೆಗಾಲ ಮತ್ತು ನಂತರದ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಹೊರಗಡೆ ಅರಣ್ಯ ಪ್ರದೇಶ ಅಥವಾ ಗೋಮಾಳದಲ್ಲಿ ಮೇಯಿಸಿಕೊಂಡು ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಆದರೆ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಬಹು ಕಷ್ಟ ಅಲ್ಲದೇ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿ ಕೂಡ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದರಿಂದ ರೈತನು ಆರ್ಥಿಕ ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗಾದರೆ ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಯಾವ ರೀತಿ ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರೈತನು ತನ್ನ ಜಾನುವಾರುಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿ ಕಡಿಮೆಯಾಗದ ಹಾಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬಹುದು ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ.

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ, ರೈತನು ತನ್ನ ಜಮೀನುಗಳಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸದೆ ಇರುವ ಜಾಗವನ್ನು ಉದಾಹರಣೆಗಾಗಿ ಬದುಗಳು, ನೀರಿನ ಹರಿವುಗುಂಡಾ, ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಬೆಳೆಗಳ ನಡುವೆ ಇರುವ ಜಾಗ, ಜಮೀನುಗಳ ಬದುಗಳ ಮೇಲೆ ಮೇವಿನ ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಿ ಜಾನುವಾರುಗಳಿಗೆ ಮೇವನ್ನು ನೀಡಬಹುದು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ಮೇವುಗಳಾದ ಗಿಣಿ ಹುಲ್ಲು, ಮೇವಿನ ಗಿಣಿ (ಗ್ರೇಜಿಂಗ್ ಗಿಣಿ), ಹೈಬ್ರಿಡ್ ನೇಪಿಯರ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಹುಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ವರ್ಷವಿಡೀ ಮೇವನ್ನು ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಬೆಳೆಗಳ ನಡುವೆ ಗಿಣಿ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಅನುಕೂಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ. ಈ ಹುಲ್ಲನ್ನು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು, ಅಲ್ಲದೇ ಇದು ನೆರಳಿನಲ್ಲಿ ಕಟಾವಿನ ನಂತರ ಅತೀ ಶೀಘ್ರದಲ್ಲಿ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವುದು ಹಾಗೂ ಹಾಲು ನೀಡುವ ಜಾನುವಾರುಗಳಿಗೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದರಿಂದ ಇದನ್ನು ತೋಟಗಾರಿಕೆ ಬೆಳೆಗಳ ನಡುವೆ ಬೆಳೆಯುವುದು ಸೂಕ್ತ. ಅಲ್ಲದೇ ಬದುಗಳ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ನೀರಿನ ಹರಿವುಗುಂಡಾ ಗ್ರೇಜಿಂಗ್ ಗಿಣಿ ಅಥವಾ ಹೈಬ್ರಿಡ್ ನೇಪಿಯರ್ ಹುಲ್ಲನ್ನು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಹುಲ್ಲು ಪ್ರತಿ ಕಟಾವಿನ ನಂತರ ಬಹುಬೇಗನೆ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯಾಗಿ ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೇವಿನ ಇಳುವರಿ ಸಿಗುವುದರಿಂದ ಈ ಹುಲ್ಲುಗಳನ್ನು



ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸುವುದು

ಬೆಳೆಯುವುದು ಉತ್ತಮ. ಹಾಗೆಯೇ ಮೇವಿನ ಮರಗಳಾದ ಚೋಗಚೆ, ಸುಬಾಬುಲ, ಗೊಬ್ಬರ ಗಿಡಗಳನ್ನು ಕೂಡ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಮೇವಿನ ಮರಗಳು ನೀರು ಮತ್ತು ಪೋಷಕಾಂಶಗಳನ್ನು ಭೂಮಿಯ ತಳಪದರದಿಂದ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಬೆಳೆಯುವುದರಿಂದ ಬರ ಮತ್ತು ಬೇಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಸದಾ ಮೇವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ರಸಮೇವು: ಇದು ಹೆಚ್ಚಿನ ಹಸಿರು ಮೇವು ಸಿಗುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಆವೃಜನಕ ರಹಿತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಾರಗಳವರೆಗೆ ಶೇಖರಣೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಸಿಗುವ ಮೇವು. ರಸಮೇವಿನಲ್ಲಿ ಹಸಿರು ಮೇವಿನಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳು ಪೋಲಾಗದಿರುವುದರಿಂದ ಹಸಿರು ಮೇವಿನಷ್ಟೆ ಉತ್ತಮ ಅಲ್ಲದೇ ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ರಸಮೇವು ಹಾಲಿನ ಇಳುವರಿ ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಲ್ಲದು. ರಸಮೇವನ್ನು ಮೇಯಲಿಕ್ಕೆ ಹಸಿರು ಮೇವು ಸಿಗದಿದ್ದಾಗ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಒಣಮೇವು ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣ: ಒಣ ಮೇವು ತಿನ್ನಿಸುವಾಗ ರೈತರು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ಮೇವು ಹೆಚ್ಚು ಪೋಲಾಗುವುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಒಣಮೇವನ್ನು ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣಗೊಳಿಸಿ ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದ ಮೇವು ನಷ್ಟವಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಹಾಗೂ ಜಾನುವಾರುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಮೇವನ್ನು ಇಷ್ಟಪಟ್ಟು ತಿನ್ನುತ್ತವೆ. ಕೆಲ ಒಣಮೇವು ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣವನ್ನು ಕೆಳಗೆ ವಿವರಿಸಲಾಗಿದೆ.

1. ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ತುಂಡರಿಸುವುದು: ಒಣ ಮೇವನ್ನು ಇಡಿಯಾಗಿ ಹಾಕದೇ ಈಳಿಗೆ ಅಥವಾ ಮೇವನ್ನು ತುಂಡರಿಸುವ ಯಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ತಿನ್ನಿಸುವುದರಿಂದ ಒಣ ಮೇವು ಪೋಲಾಗದೆ ಸದ್ಭಳಕೆಯಾಗುವುದು.

2. ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ಮೇವು ಕೊಡುವುದು: ಒಣ ಮೇವನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಒಂದೆರಡು ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನೆಸಿ ತಿನ್ನಿಸುವುದರಿಂದ, ಮೇವು ಮೆತ್ತಗಿರುವುದರಿಂದ ಜಾನುವಾರುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೇವನ್ನು ತಿನ್ನುವವು.

3. ಉಪ್ಪಿನದ್ರಾವಣ: 25 ಲೀಟರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ 1.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಉಪ್ಪನ್ನು ಬೆರೆಸಿ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ 100 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಒಣಮೇವಿನ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿ ನಂತರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮೇವು ರುಚಿಯಾಗಿ ಜಾನುವಾರುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೇವನ್ನು ತಿನ್ನುವವು.

4. ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ ಮೊಲ್ಯಾಸಸ್ ದ್ರಾವಣ: 25 ಲೀಟರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ 5.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ 10.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಮೊಲ್ಯಾಸಸ್ ಬೆರೆಸಿ ದ್ರಾವಣವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ 100 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಒಣಮೇವಿನ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿ ನಂತರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಮೇವು ರುಚಿಯಾಗಿ ಜಾನುವಾರುಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮೇವನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತವೆ.

5. ಯೂರಿಯಾ ಕಾಕಂಬಿ (ಮೊಲ್ಯಾಸಸ್) ದ್ರಾವಣ: ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಕಡಿಮೆ ಇರುವ ಮೇವನ್ನು ಈ ರೀತಿ ಸಂಸ್ಕರಿಸಬೇಕು. 25 ಲೀಟರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ 1.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಯೂರಿಯಾ + 5.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಬೆಲ್ಲ ಅಥವಾ 10.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಮೊಲ್ಯಾಸಸ್ + 1.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಉಪ್ಪು + ಖನಿಜ ಮಿಶ್ರಣ ಬೆರೆಸಿ ದ್ರಾವಣವನ್ನು

ತಯಾರಿಸಿ 100 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ. ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಒಣಮೇವಿನ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿ ನಂತರ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬೆರೆಸಿ ತಿನ್ನಿಸಬೇಕು.

6. ಯೂರಿಯಾ ಅಮೋನಿಯಂ ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣ: 4.0 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಯೂರಿಯಾವನ್ನು 65.0 ಲೀಟರ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬೆರೆಸಿ ಮಿಶ್ರಣವನ್ನು ತಯಾರಿಸಿ ಇದನ್ನು 100 ಕಿ. ಗ್ರಾಂ ಚಿಕ್ಕ ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಒಣಮೇವಿನ ಮೇಲೆ ಸಿಂಪಡಿಸಿ ನಂತರ ಈ ಮೇವನ್ನು ಮೂರು ವಾರಗಳ ಕಾಲ ಆಮ್ಲಜನಕ ರಹಿತ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು. ಮೂರು ವಾರಗಳ ನಂತರ ಈ ಮೇವನ್ನು ತೆಗೆದು 24 ಗಂಟೆಗಳ ಕಾಲ ಗಾಳಿಗೆ ಆರಿಸಿ ನಂತರ ಜಾನುವಾರುಗಳಿಗೆ ತಿನ್ನಲು ನೀಡಬೇಕು.

ಈ ಒಣಮೇವು ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣದಲ್ಲಿ ಯೂರಿಯಾ ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಸಂಪದ್ಧರೀಕರಣಗೊಳಿಸಿದ ಮೇವನ್ನು 9 ತಿಂಗಳು ಒಳಗಿನ ವಯಸ್ಸಿನ ಕರುಗಳಿಗೆ ನೀಡಕೂಡದು.

ಪ್ರತಿ ಲೀಟರ ಹಾಲಿನ ಉತ್ಪಾದನೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಶೇ.60-65 ರಷ್ಟು ಮೇವು ಮತ್ತು ಹಿಂಡಿಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ತಗಲುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಹಾಲಿನ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಮೇವಿಗಾಗಿ ತಗಲುವ ವೆಚ್ಚವನ್ನು ಶೇ. 35-40 ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಈ ರೀತಿ ಮೇವಿನ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದಲ್ಲಿ ಜಾನುವಾರುಗಳ ಪೋಷಣೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಆಗಿ ರೈತನ ಆದಾಯದ ಮೂಲವು ನಿರಂತರವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಕೃತಿ: ಜೀರಿಗೆ, ಮೆಣಸು, ಗಾಂಧಾಲಿ ಮತ್ತು ಮೆಣಸು

ಜೀರಿಗೆ ಮೆಣಸು ಅಧಿಕ ಖಾರ ಹೊಂದಿದ್ದು ಇದಕ್ಕೆ ಇದೀಗ ಬಾರಿ ಬೇಡಿಕೆ ಬಂದಿದೆ ಜೀರಿಗೆ ಮೆಣಸು, ಸೂಜಿ ಮೆಣಸು, ಕಾಗೆ ಗಾಂಧಾಲಿ, ಕಾಗೆ ಮೆಣಸು, ಪರ್ ಡೇ ಚೆಲ್ಲಿ ಎಂದೆಲ್ಲ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಅಡಿಕೆ ತೋಟದಲ್ಲಿ ಮನೆ ಹತ್ತಿರ ಇದನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು ಕಳೆನಾಶಕ ಯಂತ್ರಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಕಳೆ ತೆಗೆಯುವಾಗ ಇದೀಗ ನಾಶವಾಗುತ್ತಿದೆ ಮನೆ ಹಿತ್ತಲಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಈ ಮೆಣಸು ಗರಿಷ್ಠ ಔಷಧಿಯ ಗುಣ ಹೊಂದಿದೆ ಹಣ್ಣನ್ನು ಕೊಯ್ದು ಒಣಗಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡಬಹುದು. ಕೇಜಿಗೆ ಒಂದು ಸಾವಿರಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಧಾರಣೆ ಇದೆ. ಗಾಂಧಾಲಿ ಮೆಣಸಿನ ಜ್ಯೂಸ್ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ಉತ್ತಮ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇದನ್ನು ತಯಾರಿಸಬಹುದು.

ಇದೀಗ ಸಭೆ ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲೂ ಇದರ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು ಹಾಗೆ ಲಿಂಬೆ ಜೊತೆ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯಲ್ಲೂ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಕಾಗೆ ಪಕ್ಷಿಯ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತಿಂದು ಬೀಜ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗಿದೆ. ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಗಿಡಗಳು ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಹುಟ್ಟಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ ಯಾರು ಇದನ್ನು ಕೃಷಿ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಮಾಡಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ತಾತ್ಪರ ಮನೋಭಾವ ಹಾಗೂ ಪಟ್ಟಣದ ಮೆಣಸು ಅಗ್ಗ ಎಂಬ ಭಾವನೆಯಿಂದ ಇಂದು ನಶಿಸುತ್ತಾ ಇದೆ.

ಪೇಟೆ ಪಟ್ಟಣದಲ್ಲಿ ಸಿಗುವ ಮೆಣಸು ವಿಷಕಾರಿಯಾಗಿ, ಇಲ್ಲದ ಕಾಯಿಲೆಗೆ ಒಳಗಾಗುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಎಂಬ ಅರಿವು ಇದೀಗ ಬಂದಿದೆ ನಮ್ಮ ಹಿಂದಿನವರು ಅನಾದಿಯಿಂದಲೇ ಇದನ್ನೇ ಬಳಕೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಬಾಯಿಗೆ ಖಾರವಾದರೂ, ಉದರಕ್ಕೆ ಇದು ಸಿಹಿಯೇ ಆಗಿದೆ ನಮ್ಮ ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಪಾನಿಪೂರಿ ಪಿಜ್ಜಾ, ಬರ್ಗರ್ ಎಂದೆಲ್ಲ ತಿಂದು ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಕಸದ ತೊಟ್ಟಿಗಿಂತಲು ಕೀಳಾಗಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಇಂದು ಕಾಯಿಲೆಗಳ ಪ್ರಾಕೃತಿ ಆಗಿದೆ ಎಚ್ಚೆತ್ತುಕೊಂಡರೆ ಮಾತ್ರ ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ ಎನ್ನಬಹುದು ಬಾಯಿಗೆ ರುಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಉತ್ತಮವಲ್ಲ ಹಾಗಲಕಾಯಿ ಬಾಯಿಗೆ ಕಹಿಯಾದರೂ ಉದರಕ್ಕೆ ಸಿಹಿ ಎಂಬಂತೆ ಬಿಳಿ ಹರಳು ಸಕ್ಕರೆ ಅಷ್ಟೇ ಹಾಳು ಇದನ್ನರಿತು ಅರಿತು ಬಾಳಿದರೆ ಸುಖ ಖಾರ ಎಂದರು ದೇಹಕ್ಕೆ ಹಿತ ತಂಪು ಮೆಣಸು.....!

- ಕುಮಾರ್ ಪರ್ನಾಜಿ ಪುತ್ತೂರು

ಪರ್ನಾಜಿ ಪೋಸ್ಟ್, ಪರ್ನಾಜಿ ಮನೆ, ಕಾವು ವ.ಯ ಪುತ್ತೂರು ತಾಲೂಕು, ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ 574223, ☎: 9480240643
ಮಿಂಚಂಚೆ: kumarpernaje@gmail.com