

छुपी कसरी बनाउने ?

दुर्गा रावत
प्राविधिक अधिकृत

परिचय

नेपालमा छुपीको सुरुवात हिमाली भेगका वासिन्दाहरु बाट भएको हो । चौरीको दूधलाई दही जमाई मोही पारेर नौनी भिकिसकेपछि बचेको मोहीलाई तताई फटाएर फाटेको छोक्रालाई मलमलको कपडामा जम्मा गरी थिचेर पानी निकाले पछिको साह्रो भएको दहीलाई लामो लामो टूक्रामा काटेर सुकाई तयार गरेको एकदम कडा दुग्ध पदार्थलाई छुपी (दूरुखो) भनेर नामाकरण गरिएको छ । हिमाली भेगमा शेर्पा जातीहरुले उपयोग गर्ने दुग्ध पदार्थहरुमा सेरकम (सेर), स्यो स्यो आदि छन् भने यहि सेरलाई थिचेर सुकाएर टुक्रा टुक्रा पार्यो भने यहि सेरकमको छुपी पनि बन्दछ । दूर्गम स्थानहरु जहाँ यातायातको सुबिधाको कमी छ ती क्षेत्रका दुग्ध उत्पादक कृषकले दूधलाई धेरै दिनसम्म नविग्रने दुग्ध पदार्थ बनाउने क्रममा घ्यू र छुपी उत्पादन गर्ने गरेका हुन् । घ्यू र छुपीलाई धेरैदिन सम्म बोकेर शहर बजारमा लगेर बेच्न सकिन्छ र हतपत विग्रदैन । नेपालमा चार दशकअघि याक चीज कारखानाहरु सुरु भएका हुन् र हाल रसुवा, सिन्धुपालचोक, दोलखा, रामेछाप, सोलुखुम्बु र इलाम जिल्लाहरुमा निजी र सरकारी स्तरमा संचालित छन् । चीज कारखानामा दूध बेच्न नपाउने किसान अहिले पनि चौरीको दूधबाट नौनी घ्यू र छुपी बनाउने गर्दछन् । हाल आएर मध्य तथा पहाडी भेगमा पनि दूध बेच्ने बजार नभएका क्षेत्रमा छुपी बनाउने प्रचलन बढेको छ साथै पूर्वी पहाडी भेग ताप्लेजुङको ओलाङचुगोला क्षेत्र, इलाम पांचथरको सिमावर्ती क्षेत्र रांके, रक्से आदि क्षेत्रमा पनि सानो सानो स्केलमा छुपी उत्पादन गरिएको पाइएको छ । यी क्षेत्रहरुको मथिल्लो भागमा चौरीको दूधबाट र अलि तल्लो क्षेत्रमा गाई भैंसीको दूधबाट छुपी उत्पादन गरी विभिन्न ठाउहरुमा बिक्री गरिन्छ । केही समय अघि मात्र काभ्रे जिल्लामा अवस्थित देउराली चीज कारखाना त्यसै भेगका उत्पादकहरुले सहकारीमा संगठित भै भैंसीको दूधबाट छुपी उत्पादन गरिरहेका छन् भने काभ्रे, सिन्धुली जिल्लाको सिमान्त क्षेत्र नेत्रकाली तथा तामजोर गा.वि.स.मा स्थानिय व्यवसायीहरुले ८-९ वटा छुपी कारखानाहरु संचालन गरी स्थानिय दुग्ध उत्पादकहरुलाई पनि बजार उपलब्ध गराउदै आएका छन् । हाल तथ्याङ्क उपलब्ध नभएको पश्चिमी हिमाली क्षेत्रहरुमा पनि छुपीको उत्पादन हुने गरेको बुझिएको छ ।

अतःछुपी उत्पादनले ग्रामीण अर्थतन्त्रमा सुधार ल्याउन नजानिंदो तवरले पनि ठूलो योगदान पुऱ्याएको छ । हालै दुग्ध व्यवसाय सहयोग कार्यक्रम/ए.टि.एस.पि/यू.एस.ए.आई.डी.ले बढी मूल्यका दुग्ध पदार्थहरु उत्पादन गरी विविधता ल्याउने संभावना बारेको अध्ययन अनुसार बर्षमा सरदर ४० मे.ट. छुपी काठमाण्डौ बजारमा खपत भएको उल्लेख छ, तर वास्तवमा देशभरीको छुपी उत्पादन तथा खपतको स्थिति थाहा पाउन एक विस्तृत सर्वेक्षण हुन उपयुक्त देखिन्छ । भैंसीको दूधबाट छुपी बनाउने एक तरिका यहां प्रस्तुत गरिएको छ ।

उत्पादन विधि

२०० लिटर दूध (६.५%फ्याट र ९% एस.एन.एफ) लिने ।

क्रिम सेपरेट गर्ने $\left\{ \begin{array}{l} \rightarrow 39 \text{ लिटर } 40\% \text{ घृतांशभएको क्रीम} \\ \downarrow \end{array} \right.$

स्किम मिल्क आगो लगाएर ६०-६५ डिग्री से. सम्म तताउने

यस्मा ४० लिटर स्किम मिल्कको दही मिसाएर राम्रोसंग चलाउने

त्यसपछि तातेको दूध पनि फाट्दछ र फाटेको दूधलाई चलाउदै आधा घण्टासम्म उमाल्ने

५०-६० लिटर सम्म फाटेको दूधको पानी भिकेर तब सम्म तताउने जबसम्म फाटेको दहीका टुक्राहरु लामो डोरी जस्तो बन्न पुग्दछन् पहेंलो खालको हुन्छ, तब भांडोबाट हटाउने ।

जब पकाएको दहीको रंग क्रिमको जस्तो पहेंलो खालको हुन्छ, तब भांडोबाट हटाउने ।

मलमलको कपडा वा सफा बोरामा पाकेको दहीका टुक्राहरु छान्ने ।

२४ घण्टासम्म चारपाटे ढुंगाले थिच्ने ।

त्यस पछि निचारिएको दहीको जांतो वा ब्लकलाई सानो लामो टुक्राहरुमा काटेर बांसको मान्द्रोमा राखेर हावामा सुकाउने यतिखेर घाममा सुकाउन हुदैन)

१२-१५ दिनसम्म यसरी राम्ररी हावा लाग्ने ठांडमा सुकाएपछि छुर्पी राम्रोसंग सुक्दछ ।

यसरी सुकेको छुर्पीलाई आगो माथिको संरग वा माचमा केहिदिन सुकाएर धुवाको सुगन्ध (Smoky Flavor) पनि प्रचलन छ ।

यतिभएपछि छुर्पीतयार हुन्छ र १०० किलो दूधबाट २ देखि ५ किलो छुर्पी बन्दछ । यस्तो छुर्पीमा ८-१० प्रतिशत जलाशं, ८-९ प्रतिशत घृतांश र ८ प्रतिशत प्रोटीनको मात्रा हुन्छ । छुर्पी ठूलो लाम्चो टुक्रामा बनाएर पछि विक्री गर्ने बेलामा मसिनो पारेर बेच्ने पनि चलन छ । मोही र दूधबाट छुर्पीबनाउने विभिन्न विधिहरु प्रचलनमा छन् । आजकाल मोहीबाट बनेको छुर्पी भन्दा दूधबाट बनेको छुर्पीको माग बढी र उपभोक्ताहरु रुचाउँदछन् । दार्जिलिङ्ग र नेपालको पूर्वी पहाडी क्षेत्रमा बनेको छुर्पीको बजारमा बढी माग देखिएको छ ।

छुर्पीको प्रयोग

छुर्पी सुपारी जस्तोको रुपमा पनि प्रयोग गरिन्छ, खास गरेर उच्चपहाडी क्षेत्रमा उकालो चढ्दा मुख सुक्ने हुनाले मुख रसिलो पार्न यो चपाईन्छ । साथै छुर्पीमा लगभग ८०% प्रोटीन हुने हुनाले यो पोषिलो पनि हुन्छ । यसको अलवा छुर्पीलाई पिघेर धुलो बनाई सुपमा पनि प्रयोग गरिन्छ । छुर्पी उत्पादकहरुलाई बढी व्यवस्थित गर्ने उनीहरुलाई उपयुक्त तालिम दिन अति आवश्यक देखिएको छ ।