

बीज का उपयोग : सीताफल के बीजों के पाउडर से जुए मारने की दवाई बनायी जाती है ।

विशेष:-

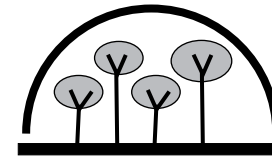
सीताफल गुण में अत्यधिक ठंडा होने के कारण ज्यादा खाने से सर्दी होती है, ठंड लगकर बुखार आने लगता है, अतः जिनकी कफ-सर्दी



सीताफल



वैज्ञानिक नाम
ऐनोना स्क्वामोसा



राजस्थान वन उपज संग्राहक एवं प्रशोधक समूह समर्थक समिति

282, पुराना चुंगीनाका, फतेहपुरा, उदयपुर (राज.)

फोन एवं फैक्स : 0294-2451478

email: samarthak@sancharnet.in

Website: www.samarathak.org

सीताफल

संस्कृत नाम: गण्डगात्र

हिन्दी: सीताफल

अंग्रेजी: कस्टर्ड एपल (जेजंतक चचसम)

लेटिन: एनोना स्क्वामोसा (ददवदुँनउवें)

परिचय:

इसका लगभग सदाहरित वृक्ष 15-20 फीट ऊँचा होता है। पत्ते आयताकार, भालाकार चिकने 4-6 इंच लम्बे 1)-2 इंच चौड़े, किंचित सुगन्धित होते हैं। पुष्प अवनत पीताभ हरित 3/4 - 1(इंच लम्बे होते हैं। फल पीताभ हरित 3-4 इंच व्यास के मधुर, ईषत्, सुगन्धित, पीताभ श्वेत फलमज्जा युक्त होते हैं। फल का पृष्ठभाग उभरी ग्रन्थियों से युक्त होता है। अतः इसे गण्डगात्र कहते हैं। बीज भूरे काल चिकने अनेक होते हैं। बसन्त में पुष्प वर्षा में फल आते हैं। इसकी एक प्रजाति रामफल के नाम से प्रचलित है। इसमें ग्रन्थियों का उभार नहीं होता है।

उत्पत्ति:

यह दक्षिण अमेरिका का मूल निवासी है प्रायः वर्तमान में भारत में सर्वत्र पाया जाता है।

रासायनिक संगटक:

इसके फल में आर्द्रता 73ण2ः, प्रोटीन 0ण8ः, ग्लूकोज 14ण5ः, सुकरोज 1ण7ः, विटामिन सी पर्याप्त होता है।

गुण:

यह फल मधुर शीत, वातपित्तशामक, बल्य, वृहण, वृष्य तथा दूध

है। इसके बीज तथा पत्र कृमिध्न है। यूका, लिखा आदि के विनाश के लिए इसके पत्र स्वरस का प्रयोग करते हैं।

आधुनिक विज्ञान के मतानुसार सीताफल में कैल्शियम, लोहत्व, फॉस्फोरस, विटामिन, थायमिन, रिवोफ्लोवीन एवं विटामिन सी इत्यादि अच्छे प्रमाण में होते हैं।

जिन लोगों की प्रकृति गर्म अर्थात् पित्तप्रधान हैं, उनके लिये सीताफल अमृत के समान गुणकारी हैं।

जिन व्यक्तियों का हृदय कमजोर हो, हृदय का स्पन्दन खूब ज्यादा हो, घबराहट होती हो, उच्च रक्तचाप हो, ऐसे रोगियों के लिये भी सीताफल का नियमित सेवन हृदय को मजबूत एवं क्रियाशील बनाता है।

जिन्हें खूब भुख लगती हो, आहार लेने के उपरान्त भी भूख शान्त न होती हो- ऐसे 'भस्मक' रोग में भी सीताफल का सेवन लाभदायक है।

धरेलु उपयोग:

साधारणतः सीताफल सीधे ही खाया जाता है तथा साथ ही इसका उपयोग कई तरह के खाद्य उत्पाद के निर्माण में भी किया जाता है। इसका उपयोग आईस्क्रीम जेम व जेली बनाने में किया जाता है। इसका रस भी पीया जाता है।

