

گھریلو پیمانے پر کھبھی کی کاشت



بیورو آف ایکریپھرل انفارمیشن ملکہ زراعت شعبہ توسعی
خیبر پختونخوا پشاور فون: 091-9224239

شائع کر دہ

گھر میو پیانے پر کھبی کی کاشت

تعارف۔

مشروم کواردو میں کھبی کہتے ہیں۔ یہ ایک پچھوند ہے جو راتوں رات اُگتی ہے۔ اس کی تعریف عظیم ماہر نباتات "تھیوفراٹین" نے کچھ اس طرح سے کی ہے کہ کھبی ایک عجیب پودا ہے جس کی جڑ، تن، شاخیں، پتے اور پھول نظر نہیں آتے مگر پھل پھر بھی دیتا ہے۔

مشروم کی کاشت عرصہ قدیم سے ہو رہی ہے جس کے بارے میں آج سے 13000 سال قبل بھی بتایا گیا ہے۔ مشروم کے آثار قدیم زمانے میں چلی کے کھنڈرات سے بھی ملے ہیں۔ چینی سب سے پہلے لوگ ہیں جو مشروم کو بطور غذا استعمال کرتے تھے اور اس کو عمر درازی کہتے تھے۔ زمانہ قدیم میں ایک اعلیٰ ڈش کے طور پر بادشاہوں اور جرنیلوں کے دربار کی زینت رہی ہے۔ پرانے زمانے میں یونانی اور رومی اس کو اچھی خوراک سمجھتے تھے۔ رومی بادشاہ سیزر اس کا دل دادہ تھا۔

مشروم کی تاریخ اتنی پرانی ہے جتنی بھی نوع انسان کی اپنی تاریخ ہے۔ مشروم کی ابتداء آغاز کائنات سے مسلک ہے اور انسانی قدموں نے مشروم کے ظہور کے بعد ہی زمین کو چھووا اور سہولت سے محروم آتش شکم کی پیاس سے مجبور یہ انسان سیرابی شکم کیلئے کوشش تھا۔ انسان نے جب پہلی بار اس کو چھاتا تو اس کے ذائقہ اور خوبصورت پر دل دادہ ہو گیا۔ مشروم پہلی بار اتفاقیہ غذائی استعمال میں شامل ہوئی اور انسان کو ایسی نعمت غیر متربقہ پسند آگئی کہ اسے مستقل غذا میں شامل کر لیا گیا۔ اس وقت انسان اس کے فوائد اور خواص سے لامع تھا مگر اس کی لذیذ خوش ذائقہ اور لطیف خوبصورت سے مجبور ہو کر ہر قسم کے مشروم کو آزمایا گیا۔

مشرومولہ اور انسان کا گھٹ جوڑ زمانہ قدیم سے نظر آتا ہے اور یہ ساتھ اتنا پرانا ہے کہ تاریخ بھی اس مسئلے میں جیر بلب ہے اور قدیم دور میں جب پتھروں کے اوزار استعمال ہوتے تھے۔ شکار پر گزارہ تھا اور فصلوں کی کاشت کا تصور بھی نہیں تھا اس وقت بھی یہی مشروم کسی نہ کسی حیثیت میں ضرورت انسان کی تکمیل کرتی تھی۔ یہی وجہ ہے کہ یونانی، رومی، چینی، اسلامی اور سنکرت لڑپر میں بھی اس کے استعمال کا تذکرہ ملتا ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ مشروم کی اہمیت مزید واضح ہو گئی۔ مشروم کبھی خوارک کے طور پر اور کبھی ادویات کے طور پر رومانی اہمیت کی حامل سمجھی جاتی تھی۔ لیکن نئے سائنسی تجربات، تحقیقی حقائق کے بعد اس کی قدرتی بالیدگی اور دیگر اسرار جو سر بستہ تھے منظر عام پر آگئے جس کے نتیجہ میں مقبولیت بہت زیادہ ہو گئی۔ مشروم کو جنتی سبزی بھی کہا جاتا ہے۔ آجکل اس کے مختلف قسم کے پکوان بنائے جاتے ہیں۔

کھبی (مشروم) انسانی جسم کے لئے ضروری نہایتی اجزاء مثلاً حیا تین، نمکیات اور لحمیات وغیرہ سے مالا مال ایسی سبزی ہے جس کی طبی افادیت مسلمہ ہے۔ جلد اور آسانی سے ہضم ہونے والے لحمیات (پروٹین) پر مشتمل یہ فصل اپنے خواص کی وجہ سے ذیابطس، فشارخون، امراض قلب اور دیگر کئی عوارض کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتی ہے۔ پاکستان میں کھبی کی کئی خودرو اقسام دستیاب ہیں۔ جن میں زہریلی اور قابل طعام دونوں شامل ہیں۔

کھبی ایک انتہائی نفع بخش فصل ہے جسے سورج کی روشنی کی غیر موجودگی میں مخصوص درجہ حرارت اور نمی کی موجودگی میں تیار کیا جاتا ہے۔ یوں تو کھبیوں کی بے شمار اقسام ہیں۔ تاہم پاکستان میں مصنوعی طریقہ کاشت کیلئے یورپی کھبی، صدف نما کھبی، پرالی کی کھبی اور شاہ بلوط کی کھبی اہم سمجھی جاتی ہیں۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ اپنے ملک میں کھبی کا استعمال و پیداوار بڑھانے کے ساتھ ساتھ عالمی منڈی کیلئے مصنوعی طریقہ سے یورپی کھبی اور شاہ بلوط کی کھبی نیز قدرتی ذرائع سے حاصل ہونے والی پچھی مشروم کی پیداواری استعداد بڑھانی جائے تاکہ وطن عزیز کیلئے اس فصل سے زرمبادلہ کا حصول بھی ممکن ہو سکے۔

اس کتابچہ میں کھمبیوں کے کاشتی امور کا تعارف دیا جا رہا ہے۔ دلچسپی رکھنے والے حضرات عملی تربیت کیلئے صوبہ خیر پختونخوا میں اپنے قریبی زرعی تحقیقاتی اداروں اسٹریز سے رابطہ کر سکتے ہیں۔



کھمبی یا مشروم آگانے کا طریقہ

کھمبیاں آگانے کیلئے درج ذیل بنیادی لوازمات کی ضرورت ہوگی۔

۱۔ کھمبیاں آگانے کیلئے کمرہ

کھمبیاں بنیادی طور پر بغیر روشنی کے بند کمرے میں آگائی جاتی ہیں۔ اس مقصد کیلئے عام گھر یا کمرہ، پولٹری شیڈ یا تمبا کو بھٹی وغیرہ استعمال میں لا یا جاسکتا ہے۔ کمرہ کے فرش پر ریت کی تہہ (3 تا 6 انچ موٹی) بچانی چاہیے تاکہ اس میں پانی دے کرنی برقرار رکھی جاسکے۔ اسی طرح سے کمرہ میں شیلفیں یا ریکس بناؤ کر اس کی پیداواری استعداد میں اضافہ ممکن ہے۔ مزید براں کار بن ڈائی آ کسائیڈ گیس کے اخراج کیلئے کمرے میں ایگزاسٹ فین کا استعمال مفید ثابت ہوگا۔

۲۔ کمپوست (کھیت) کی تیاری

اینٹوں سے تیار شدہ یا عام فرش جس کی سطح ڈھلوان کے اوپر کمپوست تیار ہوگا۔ کھبی کی ہر قسم کیلئے مختلف فارمولہ سے کمپوست تیار کیا جائے گا۔ اس تیار شدہ کمپوست کو شیشہ پلاسٹک کے لفافوں میں بھر کر جراشیم سے پاک کر لیں بعد ازاں کمرہ میں شیلفوں پر بھر لیں یا لفافوں میں ہی کمرہ میں منتقل کر لیں۔

۳۔ جراشیم سے پاک کرنے کا عامل

کمپوست یا دیگر اشیاء کو جراشیم سے مکمل پاک کرنے کیلئے انہیں بھاپ دی جاتی ہے۔ بھاپ پیدا کرنے کیلئے خالی ڈرم استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ڈرم میں 6 انچ تک پانی بھر دیا جاتا

ہے۔ پانی کے اوپر جاتی کو ایک سٹینڈ پر رکھ دیا جاتا ہے تاکہ کمپوسٹ کے شیشہ پلاسٹک والے تھیلے رکھے جاسکیں۔ اب ڈرم کا ڈھنکنا بند کر دیں تاکہ بھاپ اندر ہی رہے باہر نہ نکل سکے۔ ڈھنکنے پر پریشر گر کے اصول کے مطابق زائد بھاپ نکلنے کیلئے سفیٹی والوں گا لیں۔ ڈرم کے نیچے لکڑیوں یا گیس کو جلا کر حرارت دینے سے بھاپ بننے کی عموماً ایک گھنٹہ بھاپ دینے سے کمپوسٹ جراشیم سے پاک ہو جائیں گے۔

دوسرے طریقہ یہ ہے کہ کمپوسٹ بھرے لفافوں کو مشروم آگانے والے کمرہ میں رکھ کر ایک گھنٹہ تک کمرہ کا درجہ حرارت بھاپ کے ذریعے 55 ڈگری سینٹی گریڈ تک بڑھا دیا جاتا ہے۔ اس طرح کمپوسٹ اور کمرہ کو جراشیوں سے پاک کر لیا جاتا ہے۔ گلنے سڑنے کے بعد کمپوسٹ



میں نبی کا تناسب 70 فیصد اور کمپوسٹ سے مطلوبہ درجہ حرارت پر امونیا کی بدبو آنابند ہو جائے تو اس کے بعد کمرے کو کھول دیں تاکہ درجہ حرارت 25 سینٹی گریڈ تک گر جائے اب کمپوسٹ نج SPAWN ڈالنے کے لئے موزوں ہے۔

۲۔ نج یا سپان

کھمبیوں کا سپان یا نج لیبارٹری میں تیار ہوتا ہے۔ اس مقصد کیلئے آپ زرعی تحقیقاتی ادارہ ترنا ب، نیفا ترنا ب، زرعی تحقیقاتی ادارہ سوات یا زرعی یونیورسٹی سے رابطہ کیجئے۔ بنیادی لوازمات مکمل ہونے کے بعد آپ درجہ ذیل اقسام کھمبیوں کی کاشت کر سکتے ہیں۔

| | | |
|-----------------------|------------------|---------------------|
| Pleurotus ostreatus | OYSTER MUSHROOM | ۱ صد ف نما کھمبی |
| Agavicus bisporus | BUTTON MUSHROOM | ۲ یورپی کھمبی |
| Volvariella Volvaceae | CHINESE MUSHROOM | ۳ پرانی کی کھمبی |
| Lentinus edodes | SHITAKI MUSHROOM | ۴ شاہ بلوط کی کھمبی |

کھبیوں کیلئے مصنوعی طریقہ کاشت

1 کھبی کی قسم وقت کاشت

صف نما کھبی میدانی علاقوں میں اکتوبر تا اپریل

کمپوسٹ کی تیاری

گندم کا بھوسہ، چاول کی پرالی، مکنی کے تکے یاروئی کا کچھ جو با آسانی مل جائے پانی میں بھگولیں۔ بھگونے کا دورانیہ درجہ ذیل ہونا چاہیے۔

گندم کا بھوسہ یا چاول کی پرالی 24 گھنٹے۔ مکنی کے تکے 96 گھنٹے یاروئی کا کچھ صرف بھگو کر نکال لیں۔ فرش کی سطح پر مواد بچھا کر فال تو پانی بہہ جانے دیں۔ اب بچھا ہوا چونا دوتا پانچ فیصد ملا کر موئی چادر سے ڈھانپ دیں۔ دس تا پندرہ دن میں گلنے سڑنے کا عمل مکمل ہو جائے گا۔ نبی کا تناسب 65 تا 70 فیصد رکھیں۔

تحج (سپان) ڈالنا

کمپوسٹ جراشیم سے پاک ہونے پر محاسبہ وزن دس فیصد سپان کمپوسٹ میں ملادیں۔

سپان کا پھیلاوہ

20 تا 25 درجہ سینٹی گریڈ پر تقریباً 20 دنوں میں کمپوسٹ مکمل سفید ہو جائے گا۔ نبی کا

تناسب 65 تا 70 فیصد رکھیں۔

فصل کا حصول

سپان کے پھیلاوے کے چند دن بعد فصل نکلنا شروع ہو جائے گی۔ درجہ حرارت اور نبی کا

برقرار رکھیں۔



2 کھبی کی قسم وقت کاشت

یورپی کھبی اکتوبر تا فروری

کمپوسٹ کی تیاری



گندم کا بھوسہ 1000 کلوگرام + مرغیوں کی کھاد 400 کلوگرام + جسم 60 کلو گرام + بجھا ہوا چونا 20 کلوگرام آپس میں ڈھلوان سطح کے فرش پر گیلا کر کے ملائیں۔ ڈھیر کو اٹھاتے رہیں اور نرم رکھیں ایک ماہ گلنے سڑنے کا عمل مکمل ہو جائے گا۔ جب امویا کی بوآ نابند ہو جائے اور کمپوسٹ گہرا بھورا رنگ اختیار کرے تو جراشیم سے پاک کر لیں۔

نیچ (سپان) ڈالنا

نیچ کو ۱/۴ انچ گہرائی میں ایک ایک فٹ کے فاصلہ پر کمپوسٹ میں ڈالیں یا کمپوسٹ کی سطح پر بکھیر کر کمپوسٹ کی مزید باریک تہہ چڑھا دیں۔ بعد ازاں اوپر اخباری کاغذ رکھ کر پانی دیتے رہیں تا کہ نی برقرار رہے۔

سپان کا پھیلاؤ

15 تا 20 دنوں میں نیچ پھیل جانے پر کمپوسٹ کے اوپر پیٹ ماس یا مٹی اور پرانی گوب کھاد ملا کرتہ لگادیں۔ تہہ سے قبل اسے بھی جراشیم سے پاک کرنا انتہائی ضروری ہے۔

فصل کا حصول

مٹی کی تہہ (Casing) دینے کے بعد 20 تا 25 درجہ سینٹی گریڈ پر 70 تا 80 فیصد نمی کے تناسب میں پہلی فصل 15 یوم میں تیار ہو جائے گی۔



③ کھبی کی قسم وقت کاشت

پرالی کی کھبی موسم گرم میں کاشت ہوگی۔ 30 تا 37 درجے سینٹی گریڈ درجہ حرارت 80 تا 90 فصل نمی موزوں ہیں۔

کمپوسٹ کی تیاری

گندم کا بھوسہ یا چاول کی پرالی 24 گھنٹے پانی میں بھگولیں یا کیلے کے پتے دو گھنٹے یا روئی کا کچھ اچھی طرح بھگو کر نکال لیں ان میں کوئی بھی مواد جو آسانی سے مستیاب ہو استعمال میں لا کیں۔ فال تو پانی نکال لیں۔ ڈھلوان سطح پر رکھ کر بعد ازاں ان کے بیڈز بنایجھے۔ خشک پرالی کے بیڈز کیلئے چھتاٹھانچ مونائی کے بندلوں کو مقررہ وقت تک بھگولیں۔ ان کے اوپر چھانچ کے فاصلہ پر انگوٹھے کے برابر سپان ڈالیں۔ سپان کے اوپر بیسک چھڑک دیں۔ اوپر بندل رکھ کر عمل دوہرائیں حتیٰ کہ 8 بندلوں کی 4 سے 6 تمیں لگ جائیں۔ ان بیڈز کو نم رکھیں اور موی چادر سے ڈھانپ دیں تاکہ نبی برقرار رہے۔ کیلے کے پتوں کے بیڈز خشک پتوں کے 16 سے 24 انجھ لمبے اور چھانچ مولے بندل تیار کر لیں۔ ان بندلوں کو بھی پرالی کے بیڈز کی طرح سپان ڈال لیں اور پولی تھیں (موی چادر) سے ڈھانپ دیں۔ بیکار کپاس کے بیڈز پر بھی پرالی کی کھبی تیار کی جاسکتی ہے۔

نیچ (سپان) ڈالنا

سپان کا پھیلاوہ

نیچ ملانے کے دس دن بعد موی چار دھنادیں پانی چھڑک کر بیڈز کو نمدار رکھیں۔

فصل کا حصول



4 کھبی کی قسم وقت کاشت

شاہ بلوط کی کھبی ستمبر اکتوبر پر میل تک فصل حاصل کر سکتے ہیں۔

کمپوست کی تیاری

شیشم یا پانچ پور لکڑی کا برداشت 100 گرام + چھان بورہ 15 گرام + چونا 50 گرام + شکر 100 گرام۔ تمام اشیاء کو گیلا کرنے کے بعد ڈھیر لگالیں اور موزوں و قفے تقریباً 4 دن کے بعد اسے الٹاتے رہیں۔ تقریباً ایک ماہ میں کمپوست کارنگ گہرا بھورا ہو جائے گا اور اس سے بوآ نابند ہو جائے گی۔

ثج (سپان) ڈالنا

لفافے ٹھنڈے ہونے پر معمولی گہرائی میں ثج (سپان) ڈالیں۔ ایک کلوگرام ثج 100 لفافوں کیلئے کافی ہوتا ہے۔

سپان کا پھیلاو

جب لفافے کی سفیدی بھورے رنگ میں تبدیل ہو جائے تو لفافوں کا منہ کھول دیں۔ عمل تقریباً ایک ماہ میں مکمل ہوتا ہے۔

فصل کا حصول

منہ کھولنے کے بعد درجہ حرارت 15 تا 20 درجہ سینٹی گریڈ اور نمی کا تناسب 60 تا 90 فیصد رکھیں۔ فصل کے حصول کے لئے لفافوں کو 15 ڈگری سینٹی گریڈ والے ٹھنڈے پانی سے دو گھنٹے تک گیلا کیجئے۔





مشروم کے پکوان

1 مشروم اور گوشت کا سالن پکانے کا طریقہ:

اس کیلئے ڈھینگری کھبی 500 گرام باریک کاٹ لیں۔ اس کے بعد گوشت بغیر ہڈی کاٹ لیں۔ اس کے بعد پیاز ایک عدد باریک کاٹ لیں پھر 6 عدد انڈے پھینٹ لیں مگر جھاگ نہ بننے پائے۔ کالی مرچ ایک چٹکی لیں۔ چینی ایک چٹکی، نمک حسب پسند اور گھنی 5-6 چھپے۔ حسب ضرورت گھنی لیں اسے دیکھی میں ڈال کر ہلکی آنچ پر رکھیں اور ایک پوچھی تھوم اس میں ڈالیں جب تھوم بھورے رنگ کا ہو جائے تو اسے نکال کر پھینٹ دیں۔ اب اس میں کھبی کے ٹکڑے، گوشت کے ٹکڑے، پیاز، مرچ، چینی اور نمک ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب گوشت گل جائے تو پھینٹے ہوئے انڈے اس میں ڈال کر بھونیں جب انڈے بھن جائیں تو سالن تیار ہے۔ اس کو خود بھی کھائیں اور مہماںوں کو بھی کھلائیں۔

2- مشروم کا آملیٹ:

اجزاء: ڈھینگری کھبی 250 گرام پیاز 100 گرام
ٹماٹر 50 گرام نمک، مرچ، گرم مصالح حسب پسند

بنانے کا طریقہ: تھوڑے سے گھنی میں کھبی کے ٹکڑے ڈالیں اور ہلکی آنچ پر گرم کریں تاکہ یہ گل جائیں۔ ایک دوسرے برتن میں معمولی گھنی ڈال کر پیاز، ٹماٹر، نمک، مرچ، گرم مصالح کو بھون لیں اور پھر گلی ہوئی کھبی کے ٹکڑے اس میں ڈال کر 5 منٹ کیلئے بھونیں اب کھبی کا آملیٹ تیار ہے۔ پسند کریں تو چپاتی کے ساتھ کھالیں یا پھر سینڈ وچ بنالیں۔

3-مشروم اور مرغ کی میخنی:

اجزاء: کھمبی-250 گرام پیاز-1 عدد چکن سٹاک-1/2 کلو دودھ-آدھالیٹر کریم-1 چائے کا چچ مکنی کا آٹا 25 گرام اجوائے-چند دانے چعل-ایک دانے کا 1/4 حصہ گھی-حسب پسند گرم مصالحہ وغیرہ-حسب ذائقہ بنانے کا طریقہ: ایک برتن میں آدھالیٹر دودھ ڈال کر اس میں اجوائے اور چعل ڈال کر گرم کریں۔ مگر ابلئے نہیں۔ دوسرے برتن میں گھی کو گرم کریں، پیاز اور کھمبی کو ڈال کر دھیمی آنچ پر 5 منٹ تک جوش دیں پھر باقی دودھ چکن سٹاک مکنی کا آٹا گرم مصالحہ نمک وغیرہ ڈال دیں اور 20 منٹ تک گرم کریں حتیٰ کہ گاڑھا ہو جائے۔ اتار لیں اور استعمال کریں۔

4-مشروم مٹرسالن:

اجزاء: مشروم-200 گرام مٹر-200 گرام پیاز-حسب ضرورت ٹماٹر-2-3 عدد گھی-حسب پسند گرم مصالحہ۔ آدھا چائے کا چچ نمک حسب ذائقہ بنانے کا طریقہ: پیاز، ٹماٹر اور مشروم کو صاف کر کے باریک کاٹ لیں۔ مٹر کے دانے نکال لیں، گھی گرم کریں اور پیاز ڈال کر ہلکی آنچ پر بھورا کر لیں۔ ٹماٹر ڈال کر بھون لیں اور مٹر ڈال کر دھیمی آنچ پر پکائیں۔ مشروم ڈال کر ہلکی آنچ پر 2-3 منٹ پکائیں۔ سالن تیار ہے۔

5-مشروم کا سوپ مرغ کے ساتھ:

اجزاء: مشروم-200 گرام مرغ کا پاک ہوا گوشت ہڈی کے بغیر۔ دودھ میانے پیالے مرغ گوشت کے پارچے 200 گرام مکنی کا آٹا 2 چائے کے چچے کالی مرچ 5-6 عدد نمک حسب ذائقہ

بنانے کا طریقہ: مرغ کا پاک ہوا گوشت (سوپ کی شکل کا) بنائیں۔ مشروم کے ٹکڑے بنائ کر بھون لیں۔ مشروم کے بھنے ہوئے ٹکڑوں کو سوپ میں ڈال کر اب الیں۔ سوپ کو گاڑھا کرنے کیلئے

مکنی کے آٹے کا پیسٹ بنالیں اور اسے سوپ میں ملا کیں۔ نمک اور کالی مرچ حسب ذائقہ ملا دیں۔ سوپ تیار ہے۔

6۔ مشروم اور آلو کا سالن:



اجزاء: مشروم-200 گرام آلو-200 گرام
گھنی، ٹماٹر، پیاز، نمک۔ حسب ضرورت گرم مصالح۔ آدھا چیچ

بنانے کا طریقہ: پیاز، ٹماٹر اور مشروم کو باریک کاٹ لیں۔ آلو بابالیں اور چھلکا اتار لیں اور مل لیں۔ پیاز کو گھنی میں ہلکی آنچ پر بھورا کر لیں اور ٹماٹر ڈال کر تھوڑا سا پانی ڈال کر 5 منٹ تک پکائیں۔ ملے ہوئے آلو ڈال کر تھوڑا سا پاپکا لیں تاکہ سب کچھ پکا ہو جائے۔ لیجھنے سالن تیار ہے۔

7۔ مشروم کا پلاو:

| | |
|-----------------------|----------------|
| اجزاء: مشروم 400 گرام | چاول-200 گرام |
| کالی مرچ 5-6 عدد | نمک۔ حسب ذائقہ |
| پیاز-2-3 عدد | زیرہ-10 گرام |
| لوگ-4-5 عدد | |
| گھنی-50 گرام | |

بنانے کا طریقہ: چاول صاف کر کے آدھے گھنٹے تک بھگو لیں۔ مشروم کو صاف کر کے لمبے ٹکڑے کاٹیں۔ پیاز باریک کاٹ لیں اور گھنی میں گرم کریں۔ مشروم ڈال کر تل لیں اور نکال کر علیحدہ کر لیں۔ گھنی میں زیرہ ڈال لیں۔ جب چھٹنے لگے تو پیاز ڈال دیں۔ بادامی ہونے تک بھونیں۔ چاول کی دگنی مقدار پانی اور نمک ڈال کر چاول بھنی ڈالیں اور بابالیں۔ اب ال آنے پر مشروم ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکائیں۔ پلاو تیار ہے۔

8۔ مشروم پکن سوپ مکھن ملائی کے ساتھ:

| | | |
|---------------------------|-----------------------|----------------------------|
| اجزاء: مشروم کٹا ہوا-2 کپ | مکھن-60 گرام | کٹے ہوئے پیاز 1/4 کاٹا |
| مکنی کا آٹا 1/4 کپ | نمک۔ آدھا چائے کا چیچ | کالی مرچ۔ آدھا چائے کا چیچ |

مرغ بغیر ہڈی کے گلا ہوا۔ 2 کپ دودھ۔ 2 کپ ملائی۔ (کریم)۔ ایک کپ سو یا ساس 1/2 چیز

بنانے کا طریقہ: مشروم کو صاف کر کے اس کو کاٹ لیں۔ فرائی پین لیں اس میں مکھن ڈالیں اور گرم کریں تاکہ مکھن گل جائے۔ اس میں مشروم کے ٹکڑوں کو ڈالیں اور ساتھ ہی پیاز کے ٹکڑے بھی ڈالیں اور اس کو اس وقت تک پکائیں تاکہ بھورے رنگ کے ہو جائے۔ پھر اس کو بڑے برتن میں ڈالیں پھر اس میں مرغ کا سوپ بنایا، دودھ اور کریم ڈالیں۔ ساتھ ہی ساس بھی ڈال دیں، اس کو بلکل آنچ پر پکائیں اب نہ دیں اور اس کو ہلاتے رہیں تاکہ گاڑا ہو جائے۔ مکتی کا آٹا بھی ڈالیں۔ لیجئے مشروم چکن سوپ، مکھن ملائی کے ساتھ تیار ہے۔

9۔ مرچ مشروم سالن:

اجزاء: بٹن مشروم۔ 400 گرام ہری مرچ۔ 200 گرام تھوم۔ پتوحی پیاز۔ 2 عدد درمیانی سائز ادرک کاٹکرنا۔ 1/2 آنچ کھانے کا تیل۔ 4 چائے کے چیز مرچ پودر۔ 1 چائے کا چیز سو یا ساس کالا۔ 2 چائے کے چیز سرکہ۔ 2 چائے کے چیز مکتی کا آٹا۔ 1 چائے کا چیز پانی۔ ایک کپ نمک۔ حسب ذائقہ

بنانے کا طریقہ: مشروم لیں اس کو دو ٹکڑوں میں کاٹیں۔ مرچ کو بھی دو ٹکڑوں میں کاٹیں۔ اس سے نیچ نکال لیں اور اس کو باریک ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ پیاز، ادرک اور تھوم کا پیسٹ بنالیں۔ 4 چائے کے چیز کھانے کا تیل لیں اس کو گرم کریں۔ اس میں مرچ پودر ڈالیں اور 1/4 میں۔ کپ پانی ڈالیں۔ اس کو اس وقت تک پکائیں کہ بالکل خشک ہو جائے۔ اس میں ہری مرچ کٹی ہوئی مشروم اور نمک ڈالیں۔ اس کو بلکل آنچ پر پکائیں۔ پھر اس میں سو یا ساس اور سرکہ ڈالیں۔ اس میں مکتی کا آٹا بھی ڈالیں۔ اس کو پکائیں اور دوران پکنے ہلاتے رہیں۔ لیجئے ذائقہ دار مشروم سالن تیار ہے۔ چپاتی سے کھائیں یا فرائی چاول کے ساتھ کھائیں۔

مشروعہ اور ڈبل روٹی کا سالن:

اجزاء: مشروعہ 1 عدد ڈبل روٹی کے ٹکڑے تھوم-2 چائے کے چیج اور ادک کا پیسٹ-2 چائے چیج دھنیا پودر 4 چائے کے چیج پیاز۔ ایک عدد کٹا ہوا مرچ پودر 2 چائے کے چیج نمک۔ حسب ذائقہ گھی / تیل حسب ذائقہ بنانے کا طریقہ: ایک برتن میں تیل لیں۔ اس میں ادک کا پیسٹ ڈالیں۔ اس کو گھی میں بھورا کر لیں۔ اس میں کٹا ہوا پیاز ڈالیں اور ہلاتے رہیں تاکہ پیاز بالکل گل کر شفاف ہو جائے اس میں دھنیا اور مصالحہ پودر ڈالیں اور ہلاتے رہیں۔ اور اس میں مشروعہ اور مرچ پودر کو اچھی طرح ملا دیں۔ فرمائی پین پر ڈھکنا لگا دیں حتیٰ کہ وہ پک جائے۔ اس میں نمک ڈالیں اور اچھی طرح ملا دیں۔ اس میں ڈبل روٹی کے ٹکڑے ڈالیں اور اس میں پکائیں تاکہ خشک ہو جائیں۔ اس کو گرم گرم نوش کریں۔

11-مشروم بریانی:

اجزائے ترکیبی: مشروعہ 900 گرام پیاز 2 عدد چھوٹے ٹکڑوں میں کٹا ہوا باسمتی چاول-4 کپ لیموں۔ ایک عدد کھانے کا تیل یا گھی 3/4 کپ سویاساں-2 چائے کے چیج تھوم-7 پونچی ہری مرچ کٹی ہوئی۔ 4 عدد ادک پسی ہوئی۔ 3 چائے کے چیج دارچینی۔ 3 عدد الائچی سبز 3 عدد لوگ کے دانے۔ 3 عدد ٹماٹر کٹے ہوئے۔ 3 عدد مرچ پسی ہوئی۔ ڈیرہ چیج دھنیا پودر۔ 3 چائے کے چیج پودینہ پتے نمک حسب ذائقہ

بنانے کا طریقہ: چاول کو پانی میں ایک گھنٹے کیلئے بھگو دیں۔ مشروعہ کو چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ دارچینی، الائچی، لوگ، ادک اور تھوم کا پیسٹ بنالیں۔ پریشر کر میں گھی کو گرم کریں۔ اس میں باریک کیا ہوا مصالحہ فرمائی کریں اور پیاز کو بھی فرمائی کریں تاکہ گولڈن براؤن

ہو جائے پھر اس میں تمام اشیاء ڈال دیں۔ ساتھ ہی مشروم بھی ڈالیں اور 10 منٹ تک ہلاتے رہیں۔ اس میں 7 کپ پانی ڈالیں اور بال لیں اور پھر 15 منٹ کیلئے پریشر کر میں پکائیں۔

12-مشروم فراہنڈ چاول:

اجزائے ترکیبی: مشروم کٹا ہوا۔ ایک کپ کٹا ہوا پیاز 1/2 کپ مٹرسبرز 1/4 کپ ٹماٹر۔ ایک عدد مرچ پودر ایک چیچ چائے والا دھنیا پودر ایک چیچ چائے والا پانی 1/4 کپ پکے ہوئے چاول دھنیا سبز پتے نمک حسب ذائقہ کھانے کا تیل حسب ضرورت

بنانے کا طریقہ: ایک برتن میں کھانے کا تیل لیں اس میں چاول کو فرائی کریں جب وہ بھورے رنگ کا ہو جائے تو اس میں مشروم، مرچ پودر اور نمک ڈالیں۔ دھنیا پودر، سبز مٹر اور ٹماٹر بھی ڈال دیں۔ پھر اس میں پانی ڈالیں اور فرائی کریں تاکہ تیل دوسرے لمکھر سے الگ ہو جائے پھر اس میں پکے ہوئے چاول ڈالیں اور لیجیے مشروم فراہنڈ رائس تیار ہیں۔

13-مشروم قورمه:

اجزائے ترکیبی: مشروم 200 گرام کھانے کا تیل 3/4 کپ لوگ 4 عدد خشک کاشمی 2 چیچ دار چینی کا ٹکڑا ایک انچ کا سونف۔ آدھا چائے کا چیچ دھنیا خشک ایک چیچ اور کا ٹکڑا 12 انچ لہسن، 4-5 بوٹھیاں سبز لاچی 2 عدد پیاز درمیانی سائز ایک عدد ٹماٹر درمیانی سائز 2 عدد ہلڈی پودر 1/4 چائے کی چیچ نمک حسب ذائقہ

بنانے کا طریقہ: مشروم کو ٹکڑوں میں کاٹ دیں۔ سونف، دھنیا، زیرہ، خشک خاش کے بیچ، لوگ، دار چینی اور سبز لاچی کو پیس کر باریک کر لیں۔ اور ک، لہسن، ٹماٹر اور پیاز کا پیسٹ بنالیں۔ مشروم قورمه تیار ہے۔