म. ग्रं. सं. वाचनालय, ठाण
विषय व्याव. वा.
दा. क्र. ५७८१

मुलांचा रखवा

IRBK-0105769
IRBK-0105769

म. ग्रं. मं. ठाणें
विषय बालवाङ्मय
ग्रा. नं. ४३९

मूलोद्योग व शालेय हस्तकौशल्य माला
पुष्प १. लें

मुलांचा खाऊ

लेखक :—कवठेकर—घोरपडे—गोंधळेकर

१९५१] व्हीनस प्रकाशन [किं. ८ आणे

५८६१

शालेय हस्तकौशल्य माला

ता. २३-२-५२
२३३४

पुष्प १ लें

मुलांचा खाऊ

ता. २१-२-४३

: लेखक :

प्र. द. कवठेकर, हस्तकौशल्य शिक्षक

रा. शं. घोरपडे, माजी हस्तकौशल्य पर्यवेक्षक

वि. न. गोंधळेकर, शिक्षक

नू. म. वि. इं. शाळा, पुणें २.

म. प्र. सं. ठाणे, वाचनालय ठाणा.
दा. क्र. ५५८६१ दि. ....
वि. ... बा. बा. ... क्र. ....

१९५१] व्हीनस प्रकाशन

IRBK-0105769

IRBK-0105769

शिक्षकांस विनंतिः—

सध्यां शाळांतून हस्तकौशल्य या विषयास फारच महत्त्व प्राप्त झालें आहे. सरकारनें या विषयाकरितां आठवड्यांतून ८ ते ९ तास द्यावेत असें सुचविलें आहे.

हें जाणूनच आम्ही गेल्या वर्षी 'शालेय हस्तकौशल्य' या नांवाची माला चालू करून त्या मालेचीं तीन पुस्तकें प्रसिद्ध केलीं. नमूद करण्यास आनंद वाटतो कीं, एका वर्षातच पहिली आवृत्ति संपली. सदर पुस्तकांत कागदकाम, पुठ्ठाकाम, तारकाम, दोरकाम, वेतकाम, मातकाम वगैरे विविध प्रकारचे हस्तकौशल्याचे विषय एकत्र दिले असल्यामुळें वेगवेगळ्या शाळांनीं आपापल्या पसंती प्रमाणें वेगवेगळे विषय चालू केले. त्या संबंधीं मुख्यतः तीन सूचना आल्या:—

(१) सर्व विषय एकाच पुस्तकांत न आणतां वेगवेगळ्या विषयावरचीं लहान लहान स्वतंत्र पुस्तकें तयार करावींत.

(२) पुस्तकाची किंमत हल्लीं १२ आणे आहे ती ८ आणे करावी.

(३) लहान मुलांना पेपरमिंटच्या वड्या, चॉकलेट, चिक्कीच्या वड्या वगैरे खाऊ फार आवडत असल्यामुळें व तो बाजारांत बराच महाग मिळत असल्यामुळें, शाळांतून शिक्षकांच्या व घरीं पालकांच्या मदतीनें तो कसा तयार करावा या संबंधीं उपयुक्त माहिती मुलांना पुस्तक रूपानें द्यावी.

या सूचना विचारांत घेऊन आम्ही या मालेच्या दुसऱ्या आवृत्तीचें पहिलेंच पुष्प 'मुलांचा खाऊ' या नांवानें प्रसिद्ध करीत आहोंत.

हें पुस्तक तयार करण्याचें कामीं नू. म. वि. मधील हस्तकौशल्य-तज्ज्ञ श्री. **शं. ना. फाटक** गुरुजी, यांचें बहुमोल साहाय्य झालें त्याबद्दल त्यांना धन्यवाद !

—लेखक

पालकांशीं हितगुज :

मुलांना खाऊ भारी आवडतो. मुलें दुकानांत गेली कीं, तीं तुम्हांला म्हणतात "बाबा, मला चॉकलेटच्या वड्या घेतां ? आई, मला श्रीखंडाच्या वड्या घेऊन देतेस ? ताई, मला आंब्याची वडी घेऊन देशील ? मला ती फार आवडते !" आणि मग तुम्हांला अशी पंचाईत पडते कीं, इतक्या महागाईचा खाऊ रोज कुठून घ्यावयाचा ?

आम्हीं म्हणतों, "कशाला घेतां विकत इतक्या महागाईचा खाऊ ? मुलांना घरींच करायला शिकवा. या पुस्तकांत खाऊचे अनेक प्रकार कसे तयार करावेत तें दिले आहे.

"हें घे फाउंटन पेन, आणि खाऊ तयार करण्याकरितां कोणत्या वस्तु तुला लागणार आहेत त्याची यादी तयार कर. संध्याकाळीं आपण बाजारांत जाऊं व सगळ्या वस्तू विकत घेऊन येऊं."

मुलांचा खाऊ

पाठ	विषय	पान
१	…… साहित्य ………	५
२	…… पेपरमिंटचे रंग …	७
३	…… सांचे ………	८
४	…… पेपरमिंटचा वास …	९
५	…… एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉग् ………	१०
६	……… आंबावडी व केळेंवडी…	१३
७	……… श्रीखंडाच्या वड्या……	१५
८	……… सुंठ बडीशेप वड्या …	१६
९	……… ऑरेंज, अननस, रॉजबेरी, लेमन, रोज, वाळा इत्यादि अर्कांच्या वड्या ……	१७
१०	…… अमृत—वडी ………	१७
११	…… कोको—चॉकलेट ……	१८
१२	…… मिल्क—चॉकलेट ……	१९
१३	…… चिक्की ……………	२०
१४	…… नारळाची बर्फी ……	२१
१५	…… आईस्क्रीम ………	२२
१६	…… सूचना …………	२३

प्रकाशक — अ. ह. लिमये, एम्. ए., व्हीनस बुकस्टॉल, पुणें २.
मुद्रक — ग. आ. जोशी, के. जोशी ॲन्ड को., देशमुख वाडी, पुणें २.

९३३५२
२१।५५

मुलांचा खाऊ

पाठ १ ला : साहित्य

(१) साखर : साखऱ्याचे दाणेदार स्फटिक असतात, अशा प्रकारचा साखऱ्या आपल्या खाऊसाठीं वापरण्यास घ्यावा. पिठी साखर-जिला आपण मुटका साखर म्हणतों-किंवा गुळी साखर आपल्या खाऊसाठीं चालणार नाहीं. साखऱ्या स्वच्छ जात्यांत दळून, एका भांड्यावर धोतराचें पातळ फडकें बांधून, त्यांतून चाळून घ्यावा. नंतर कोरडेपणा येण्यासाठीं कोरड्या परातींत पसरून उन्हांत ठेवावा. नंतर ज्या डब्यांत आपणांस ही दळलेली साखर ठेवावयाची असेल तो डबा स्वच्छ करून व त्यास कोणत्याहि प्रकारचा वास येत नाहीं, याची खात्री करून घेऊन उन्हांत तो सुकवावा व त्यांत ही साखर भरून ठेवावी.

(२) डिंक : (बांधीव पदार्थ) डिंकाचे एकूण प्रकार तीन आहेत. (१) बाभळीचा डिंक (२) जिलेटाईन (३) ग्लूकोज् ग्लू

१ बाभळीचा डिंक-हा डिंक अत्यंत चिकट असतो. त्याचे पिंवळसर पारदर्शक रंगाचे खडे असतात. बाजारांत भिसळीचा डिंक मिळतो. म्हणून डिंकाची निवड करतांना वरील प्रमाणें पिंवळसर आणि पारदर्शक खडे निवडून घ्यावेत;

कारण त्यांत शेवगा, बकुळ, उंबर वगैरे झाडांच्या डिंकांची मिसळ असते. त्यांच्या खड्यांचे रंग पांढरट आणि लालसर असतात. या प्रकारचे डिंक पाण्यांत घातले असतां फुगतात व त्यांना चिकटा नसतो. आपल्याला लागणारा बाभळीचा डिंक फुगत नसून त्याला चिकटा चांगला असतो. हा वनस्पतिजन्य असल्यामुळें खाद्यपदार्थांत बिनधोकपणें समाविष्ट केला जातो.

(३) जिलेटाईन : हा सरसाचा एक प्रकार आहे. हाडापासून तयार केलेला सरस अशुद्ध स्थितींत असतो. जिलेटाईन हा सरसच; पण त्याचा शुद्ध केलेला भाग आहे. हा अत्यंत स्वच्छ असतो. परदेशांतील आणि हिन्दुस्थानांतील बहुतेक सर्व कारखानदार याचा मोठ्या प्रमाणांत उपयोग करतात. याचे ४ इंच रुंदीचे व ९ इंच लांबीचे पत्रे बाजारांत विकत मिळतात. हे पत्रे पातळ असून पारदर्शक असतात. याचा पांढरट पिवळसर रंग असतो. चिकटाहि चांगला असतो. याचा भाव १२ ते १६ रुपये पौंड असतो.

(४) ग्लूकोज् ग्लू : हा पारदर्शक, किंचित् पिवळसर असलेला घट्ट पाक असतो. याला चिकटा चांगला असल्यामुळें याचा किमती पेपरमिंटमध्यें उपयोग करतात. यांत व्हिटॅमिन् डी भरपूर प्रमाणांत असतें; त्यामुळें याचा पौष्टिक खाऊंत उपयोग करतात. हा चवीला गोड असतो.

*　　　*　　　*

पाठ २ रा : पेपरमिंटचे रंग

पेपरमिंट नुसतें पांढरेंच बनवून चालणार नाहीं. त्याला निरनिराळे आकार देऊन आणि रंग देऊन त्यास शोभा आणण्याचा प्रयत्न करावयास हवा. कारण बाजारामध्यें आकर्षक व मोहक वस्तूंनाच अधिक उठाव असतो. त्या करितां बाजारांत मिळणारे स्वस्त रंग घेण्याच्या भानगडींत पडूं नये. कारण ॲसिडच्या आंबटपणामुळें किंवा उग्र वासामुळें हे रंग पालटतात. शिवाय खाऊची रुचि बिघडते. कडवटपणा येतो. त्यासाठीं खात्रीचे, खाण्याचे रंग वापरावे. यलो (पिवळा), ऑरेंज (नारिंगी), चॉकलेट (तपकिरी), वगैरे निरनिराळ्या प्रकारचे रंग आहेत.

रंग तयार करण्याची पद्धत:—रंग सर्व साखरेंत सारखा मिसळला जावा याकारितां जिलेटाईन अथवा बाभळीचा डिंक अथवा ग्लूकोज् ग्लू, जो तुम्ही वापरणार असाल त्यांत आपणांस ज्या प्रमाणांत दाट रंग पाहिजे असेल त्या प्रमाणांत तो मिसळावा.

कोणत्या वड्यास कोणता रंग वापरावा?

वड्या	रंग
(१) अननस, नारिंग.	नारिंगी
(२) रॉस्बेरी	लाल रंग
(३) केळें, लिंबू	पिंवळा रंग
(४) गुलाब	गुलाबी रंग
(५) बडीशेप, सुंठ, औषधी वड्या	चॉकलेट् रंग

अशा प्रकारें गिऱ्हाइकाच्या डोळ्यांत भरतील अशा नयन मनोहर रंगांची योजना करावी.

* * *

पाठ ३ रा : सांचे

साखरेची पोळी तयार केल्यानंतर त्याच्या ठराविक आकाराच्या वड्या पाडण्यासाठीं (उदा. गोल, लंबगोल, चौकोन, अणेलीचा आकार, इ.) सांच्याची जरुरी आहे.

आकारांची निवडः–सुंठ, बडीशेप, औषधी वड्या, लंबगोल आकाराच्या असाव्यात. एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग, अंबा, वाळा, श्रीखंड, इ. साठीं गोल आकार वापरावा. हा सांचा ज्या बाजूनें वड्या पाडावयाच्या असतील त्या बाजूकडून नळीप्रमाणें असून त्याची बाजू वर रुंद होत गेलेली असते. समजुतीसाठीं चित्र पहा. अशा प्रकारच्या सांच्यामुळें वड्या न मोडतां मागच्या बाजूनें सहज बाहेर काढतां येतात.

* * *

पाठ ४ था : पेपरमिंटचा वास

पेपरमिंट आणि टॉफी, चॉकलेट इ. साठीं ज्याप्रमाणें आपण मोहक आकार व रंग दिले त्याचप्रमाणें त्याचा वास आल्या-बरोबर ती वडी उचलून तोंडांत टाकावीशी वाटली पाहिजे. खाऊ-मध्यें तीन प्रकार आहेत (१) चॉकोलेट (२) पेपरमिंटच्या वड्या (३) टॉफी, चिक्की इत्यादि अर्कांचें पेपरमिंट—एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग. बडीशेप, अननस. रॉस्बेरी, नारिंग, अंबा, इत्यादींचा समावेश होतो.

ज्या वस्तूंचे आपणांस पेपरमिंट बनवावयाचें असेल ती वस्तूच त्या ठिकाणीं उपयोगांत आणावयाची (उदा. अंबा, श्रीखंड, बडीशेप, सुंठ इ.

पेपरमिंटच्या वासांचे प्रकार २ आहेत. (१) फळांचे वास आणि अत्तरें (२) औषधी.

फळांचे वास—अननस. रॉज्बेरी, ऑरेंज अंबा, इ.

अत्तरांचे वास—वाळा, व्हॅनिला, गुलाब (रोज्)

औषधी—एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग्, बडीशेप, सुंठ, गवती चहा, इ.

हे अर्क आणि वास लवकर उडून जातात; म्हणून बाटल्यांचीं बुचें बद्द आहेत याची खात्री करून घ्यावी. तसेंच फळांच्या आणि अत्तरांच्या वासांच्या बाटल्या ज्या ठिकाणीं ठेवाल त्याच जागीं एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग, निलगिरी, सुंठ, बडीशेप इत्यादि उग्र वासांच्या बाटल्या जवळ ठेवूं नयेत.

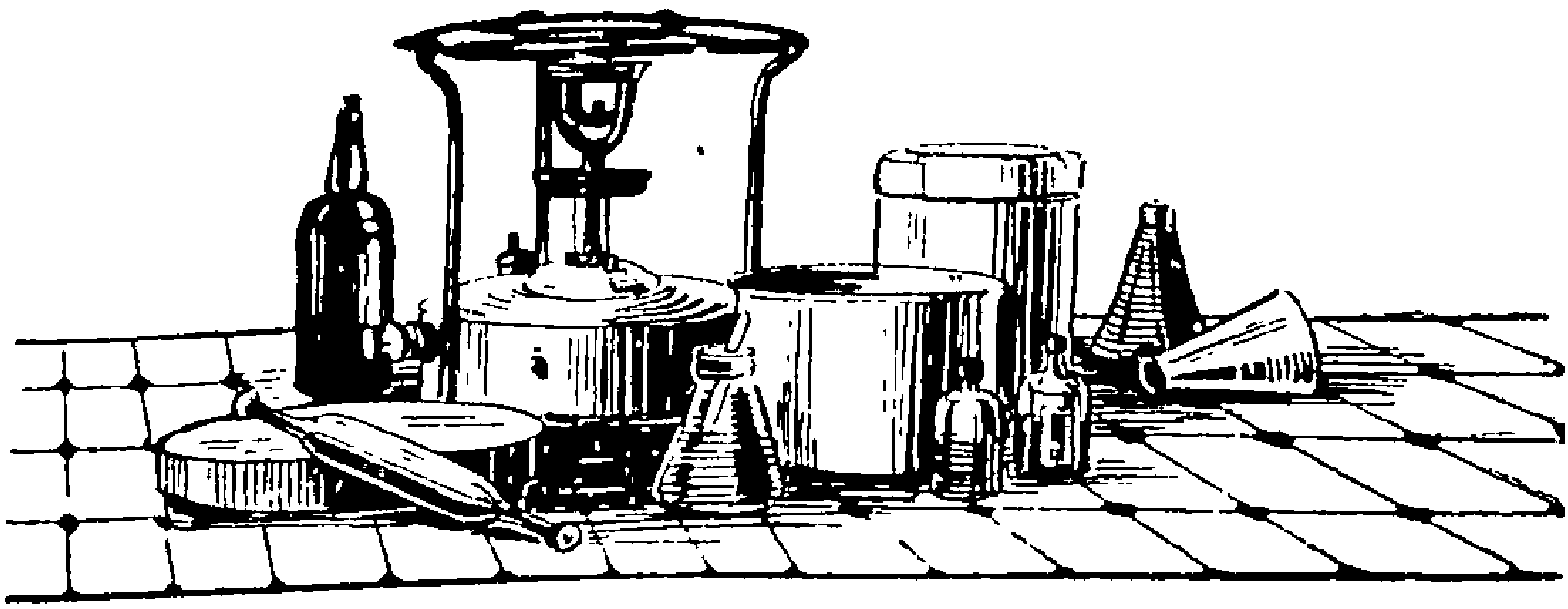
त्यांचा समूह निराळाच ठेवावा; कारण फळांचा मधुर वास हे अर्क काढून टाकतात; व त्यामुळें किमती सामानाची नासाडी होते. तसेंच या बाटल्यावर दर्शकपत्रिका (लेबल्स्) चिकटवून त्यावर समजतील अशीं सुवाच्य अक्षरांनी नांवें घालावींत; म्हणजे कोणता अर्क कोठला आहे हें समजेल पेपरमिंट मध्यें घालावयाचा अर्क चांगल्या प्रतीचा असावा.

*　　　*　　　*

पाठ ५वा : एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग

साहित्यः—संगमरवरी फरशी अथवा मऊ सपाट फळी, लाटणें, स्टोव्ह, डिंकाकारितां भांडें, साखर, एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग अर्क.

कृति—डिंक तयार करण्याची पद्धतिः–ग्लुकोज् हा डिंक

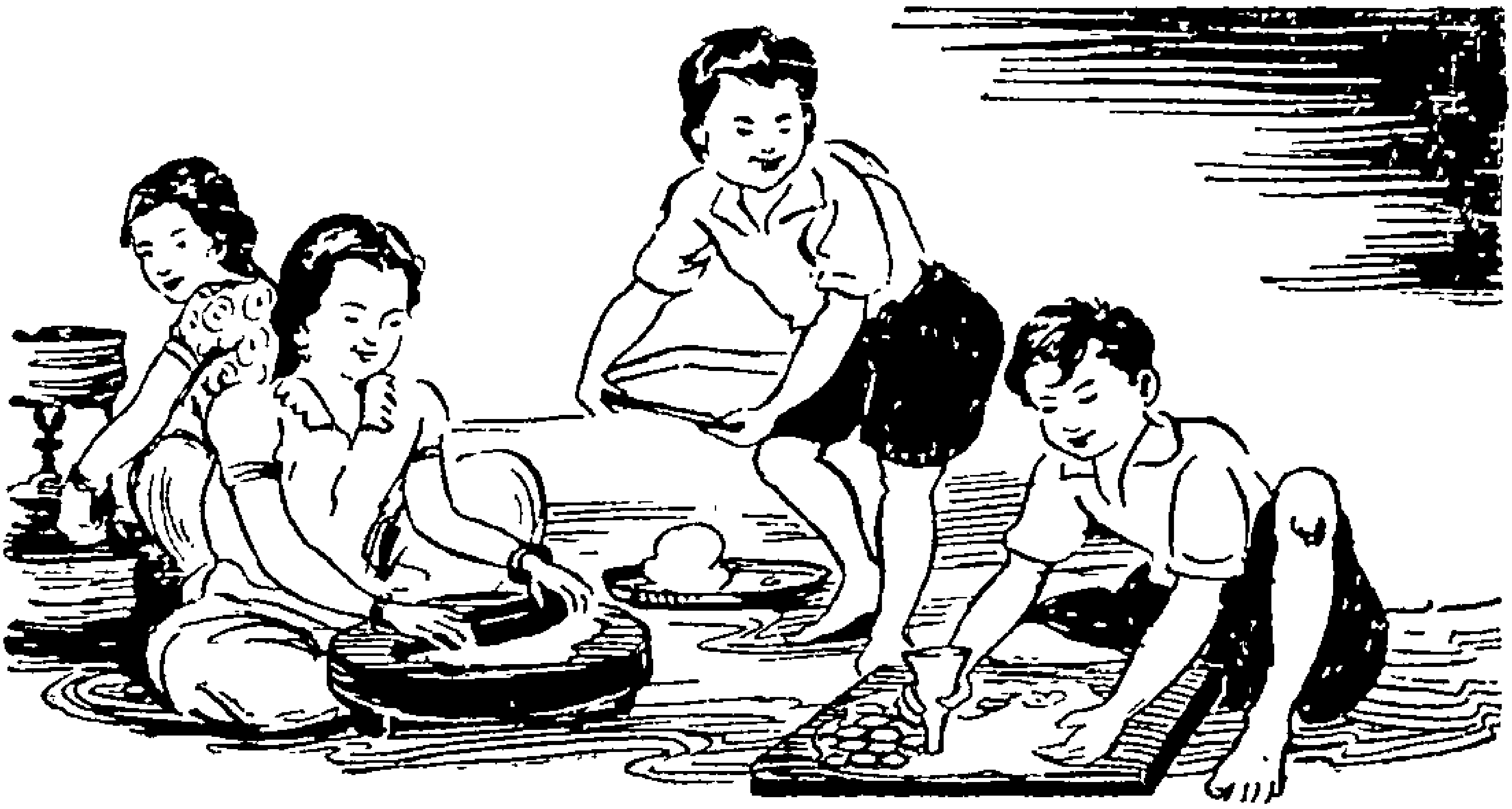


तयारच असतो. बाभळीचा डिंक २ छटाक पावडर करून पाण्यांत भिजत टाकावा. तो चांगला चिकट झाल्यानंतर वापरण्यास घ्यावा. परंतु या दोन्ही डिंकांत एक दोष आहे.

पहिल्यांतील दोष म्हणजे तो महाग असतो. आणि दुसऱ्यांतील दोष म्हणजे वड्यांना काळपट रंग येतो, म्हणून जिलेटाईनचा सर्रास उपयोग करावा. जिलेटाईन तयार करण्याची पद्धति:— एक जिलेटाईनचा पत्रा, अर्धी ते पाऊण वाटी पाणी घेऊन त्यांत त्याचे तुकडे करून टाकावे. नंतर स्टोव्हवर ठेवून ते तुकडे हालवून विरघळूं द्यावे. नंतर त्यांतील एक ठिपका बाजूला काढून अंगठ्याजवळच्या बोटावर घेऊन तें बोट अंगठ्यावर दाबून एकदां दोनदां वरखालीं करून त्यांतून तार निघते आहे कां तें पहावें. डिंक पातळ असला तर त्यास चिकटा येणार नाहीं आणि साखरेस पाणी सुटेल, आणि वड्या कुडकुडीत होणार नाहींत. वडी मोडतांच कट् असा आवाज आला पाहिजे आणि खातांना कुडुम् कुडुम् असा आवाज आला पाहिजे. म्हणून डिंक तार निघेल इतका, किंवा बोटाला चिकट लागेल इतका, घट्ट असावा. वर सांगितल्याप्रमाणें हातानें करून पाहिलें असतां, डिंक तयार झाल्याची खात्री पटेल.

प्रथम १ पौंड साखर (दळलेली व वस्त्रगाळ केलेली) घेऊन ती संगमरवरी फरशीवर ओतावी. ती फरशीवर ओतण्याचे आधीं ती फरशी ओल्या फडक्यानें स्वच्छ पुसून पूर्ण वाळूं द्यावी. म्हणजे वड्या स्वच्छ होतील. नंतर एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग्‌चा अर्क घेऊन २० ते २५ थेंब (इंक फिलरनें) साखरेमध्यें टाकून साखर व अर्क एकजीव करून घ्यावीं. नंतर साखर

एका ठिकाणीं गोळा करून तीमध्यें ३ बोटांनीं एक खड्डा



करून घ्यावा. त्यांत जिलेटाईनचा डिंक टाकून ती साखर मळण्यास सुरुवात करावी. डिंक एकदम टाकून गोळा बनवूं नये. ज्या प्रमाणांत डिंक लागेल त्याप्रमाणें थोडथोडा घालून मग घट्ट गोळा बनवावा. नंतर तो गोळा एका बाजूस ठेवून पुन्हां फरशी ओल्या फडक्यानें पुसून कोरडी करून घ्यावी. फरशी ओली राहिल्यास तिला पोळी चिकटून बसेल. पोळी लाटतांना ज्याप्रमाणें सपीट वापरतात त्याप्रमाणें साखरेचा गोळा लाटतांना साखरेची पूड वापरावी. ही लाटलेली पोळी सर्व बाजूंनीं सारख्या जाडीची असावी म्हणजे सुंदर वडी पडते. संगमरवरी फरशी गुळगुळीत असल्यामुळें पोळी चांगली लाटली जाते. पोळीकरितां जें लाटणें वापरावयाचें तें कोरडें आणि गुळगुळीत असावें; तें मध्यभागीं फुगीर नसावें. पोळी

लाटून झाल्यावर अधेलीच्या आकाराच्या वड्या पडणारा सांचा घेऊन वड्या पाडून घ्याव्यात. त्या गोळ्या वाळण्यासाठीं वर्तमानपत्रावर टाकाव्यात आणि राहिलेल्या भागाचा पुन्हां गोळा करून घ्यावा. थोडा सुकल्यासारखा वाटत असल्यास डिंकाचें बोट लावून मळावें. नंतर तो बाजूस ठेवून फरशी ओल्या फडक्यानें पुसून घेऊन कोरडी करावी, आणि पुन्हां पोळी लाटावी व वड्या पाडाव्या. या प्रमाणें एकदां दोनदां पोळ्या करून सर्व गोळा संपवून टाकावा. नंतर सर्व वड्या वाळत टाकाव्यात. वडी वाळल्याची खूण म्हणजे हातांत धरून मोडली असतां कट् असा आवाज होतो. वड्या उन्हांत टाकूं नयेत. सांवलींतच वाळवाव्यात. वड्या तयार झाल्याची खात्री पटतांच त्या डब्यांत भरून ठेवाव्यात. वाटल्यास जिलेटिन पेपरमध्यें अथवा पतंगाच्या कागदांत पांच पांच वड्या गुंडाळून ठेवाव्यात. ते कागद त्या वड्यास शोभा देतील.

* * *

पाठ ६ वा : आंबा वडी व केळें वडी

साहित्य--१ पौंड चांगल्या अंब्याचा रस, ४ पौंड साखर, बदामाचे तुकडे.

कृति--अंब्याचा रस शेगडीवर ठेवून आटवावा व त्याचा घट्ट गोळा बनवावा. गोळा घट्ट झाल्याची खात्री पटतांच,

पातेलें खालीं उतरून त्यांत ती साखर घालून घोटावें. नंतर

संगमरवरी फरशीवर तो गोळा ठेवून सारख्या जाडीची पोळी बनवावी. नंतर एक इंच रुंद व २ इंच लांब अशा वड्या सुरीनें बनवाव्या. पोळी बनविण्याचे आधीं फरशी साफ करून तीस चांगलें तूप लावावें. वड्या सुकतांच त्या पातळ कागदांत गुंडाळून (एकेक) डब्यांत भरून ठेवाव्यात. केळेंवडीकरितां १ पौंड कुसकरलेली केळीं घ्यावी व बाकीची कृति आंबावडी-प्रमाणेंच करावी.

केळें–वडी अगर आंबा–वडी करण्याकरितां पोळी तयार झाल्यावर वाटल्यास तीवर बदामबीचे तुकडे पसरून दाबावें. या वड्या खातांना केळ्यांचा अगर आंब्यांचा हंगाम नसतांना हीं फळें आपण खात आहोंत असा अनुभव येईल.

*　　*　　*

पाठ ७ वा : श्रीखंडाच्या वड्या

प्रकार दोनः—(१) चक्का श्रीखंड वडी (२) ॲसिड वडी.

(१) ॲसिड वडीः—साहित्य : १ पौंड साखर, केशरी रंग, जिलेटाईनचा तयार डिंक व टार्टरिक ॲसिड ४ ते ६ गुंजा (चमच्याच्या मागच्या दांड्यावर जेवढी पूड मावेल एवढें)

कृतिः—प्रथम थोडीशी साखर एका बाजूला काढून त्यांत टार्टरिक ॲसिडचे बारीक बारीक खडे संपूर्णपणें खलून मिसळून घ्यावेत, आणि मग ती साखर सर्व साखरेंत मिसळावी. म्हणजे एक वडी गोड आणि एक आंबट असा प्रकार होणार नाहीं. साखर आणि टार्टारिक ॲसिड एकजीव करून झाल्यावर डिंकामध्यें केशर अथवा पिवळा रंग टाकावा. नतंर एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंगच्या गोळ्या-प्रमाणें पुढील कृति करून वड्या तयार कराव्या. या वड्या खात असतां श्रीखंडाच्या वड्याच खाल्ल्याचा अनुभव येईल.

(२) चक्का श्रीखंडवडी :—

साहित्य– पातळ फडकें, चार विटा, जायफळ, साखर, चक्का.

कृति—प्रथम चार विटा धुवून, स्वच्छ करून, कोरड्या करून (उन्हांत वाळवून) घ्याव्यात. त्या, वर दोन आणि खालीं दोन अशा रीतीनें मांडून त्यावर फडकें अंथरावें. नंतर

त्या फडक्यावर चक्का पसरावा, व त्यावर झांकण ठेवावें. म्हणजे त्यांतील पाणी विटा काढून घेतील आणि चक्का कोरडा होईल. नंतर अर्धा पौंड चक्का असेल तर १ पौंड साखर घेऊन तिचा गोळीबंद पाक करून घ्यावा. आणि तो तयार होतांच त्यांत रंग, जायफळ (पूड) आणि सुकलेला चक्का घालावा. नंतर ते मिश्रण घोटून त्यांत थोडी पिठी साखर टाकून पुन्हां तें मिश्रण घोटावें. फरशीस तूप लावून त्यावर गोळा ठेऊन लाटावा. नंतर सुरीनें १ इंच रुंद व २ इंच लांब अशा वड्या पाडाव्या व नंतर वड्या सुकूं द्याव्या. वड्या सुकल्यावर त्या पातळ कागदांत गुंडाळून डब्यांत भरून ठेवाव्या.

*　　*　　*

पाठ ८ वा : सुंठ, बडीशेपच्या वड्या (औषधी)

साहित्यः--१पौंड साखर, ४ ते ६ चमचे वस्त्रगाळ कुटलेली सुंठ, चॉकलेट रंग, जिलेटाईन.

कृतिः-प्रथम साखरेंत सुंठ मिसळून घेणें. नंतर जिलेटाईनच्या तयार डिंकांत वरीलप्रमाणेंच चॉकलेटी रंग घालून पुढील कृति एक्स्ट्रॉ स्ट्रॉंग प्रमाणेंच करावी.

बडीशेप वडी तयार करणेंकरितां ४ ते ६ चमचे बडीशेपेची वस्त्रगाळ पूड घेऊन वरीलप्रमाणेंच साहित्य घ्यावें व कृतीहि त्याचप्रमाणें करावी.

वड्या तयार झाल्यावर त्या पातळ कागदांत प्रत्येकीं पांच या प्रमाणें गुंडाळून डब्यांत भरून ठेवाव्यात. या वड्यांचा उपयोग अजीर्ण, मळमळ, पित्त, डोकेंदुखी, पोटदुखी यांवर होतो. आजारी माणसाच्या तोंडास या वड्यामुळें चव येते.

* * *

पाठ ९ वा : अननस, ऑरेंज, रॉजबेरी, लेमन, रोज, वाळा इत्यादि अर्कांच्या वड्या

साहित्य:—प्रत्येकीं १ पौंड साखर, प्रत्येकीं २५ ते ३० अर्कांचे थेंब, बांधीव पदार्थ-जिलेटाईन. पहिल्या पाठांतील रंगविभागांत सांगितल्याप्रमाणें योग्य ते रंग जिलेटाईनमध्यें तयार करावेत.

कृति-एक्स्ट्रॉ स्ट्राँग या वडीस लागणाऱ्या कृतीप्रमाणें सर्व कृति करून वड्या तयार कराव्या.

* * *

पाठ १० वा : अमृत-वडी

साहित्य:—एक्स्ट्रॉ स्ट्राँग्, निलगिरी, लवंग, दालचिनी, ओवा, गवतीचहा, बडीशेप, सुंठ इत्यादींचे, अर्क, १ पौंड साखर, चॉकलेट रंग, जिलेटाईन.

कृति:—प्रथम साखर स्वच्छ अशा संगमरवरी फरशीवर ओतून घ्यावी. (साखर दळलेली वस्त्रगाळ असावी.) त्या-

मध्यें वरील सर्व अर्कांचे ३ ते ५ थेंब (ज्याप्रमाणें स्ट्राँग

पाहिजे असेल त्याप्रमाणें) घालून ते सर्व अर्क साखरेशीं एकजीव करावेत. नंतर डिंकांत चॉकलेटी रंग घालून पुढील कृति एक्स्ट्रा स्ट्राँग प्रमाणेंच करावी.

उपयोगः—या गोळ्या सर्दी झालेल्या अगर किरकोळ दमा-खोकला झालेल्या माणसास दिल्यास त्याला तावडतोब आराम वाटतो. पोट दुखी, घशांतील खवखव, किंवा पोटांतील जळजळ या गोळ्यांनीं थांबते. लहान मुलांच्या हगवणीवर हें परिणाम-कारक औषध आहे.

* * *

पाठ ११ वा : कोको चॉकोलेट

साहित्यः—कोको १२ चमचे (चहाचे), फिका खवा पावशेर, साखर ६० चमचे.

कृतिः—१२ चमचे कोकोची पूड, ६० चमचे साखर

(पूड) पावशेर फिक्या खव्यांत एकजीव करून घ्यावी. गोळा तयार होत नसल्यास ग्लुकोज् ग्लू किंवा जिलेटाईनचें बोट लावून गोळा करावा. नंतर स्वच्छ फरशीवर लोणी किंवा तूप लावून त्यावर सारख्या जाडींत लाटावा. आणि १ इंच रुंद व १ इंच लांब अशा वड्या पाडून, त्या सुकल्यावर पातळ कागदांत प्रत्येकीं एक या प्रमाणें गुंडाळाव्यात.

* * *

पाठ १२ वा : मिल्क चॉकलेट

साहित्य—१ पौंड खवा, व्हॅनिला २० ते २५ थेंब, साखर १ पौंड.

कृति--१ पौंड साखर व १ पौंड खवा यांचें एकजीव मिश्रण करून त्यांत २० ते २५ थेंब व्हॅनिला टाकावा. जरूर पडल्यास ग्लूकोज् ग्लू अगर जिलेटाईन ग्लू टाकून घट्ट

गोळा बनवावा. नंतर स्वच्छ फरशीस चांगलें तूप अथवा लोणी लावून तो गोळा त्यावर सारख्या जाडींत लाटावा. लाटून झाल्यावर कोको चॉकलेटप्रमाणें वड्या पाडाव्यात आणि कागदांत गुंडाळून डब्यांत ठेवाव्यात.

उपयोगः—या वड्या अत्यंत पौष्टिक व स्वादिष्ट असल्यामुळें लहान मुलांना त्या फार आवडतील, व तीं त्या मिटक्या मारीत खातील.

* * *

पाठ १३ : चिक्की

साहित्यः—दोन नारळ, अदपाव हळीव, अर्धाशेर गूळ, पावशेर बाभळीचा चांगला डिंक.

कृतिः—डिंक तुपांत तळून त्याची चांगली लाही करून घ्यावी. नंतर डिंकाचे मोठे खडे बारीक करून ते रवाळ बनवावेत. नंतर नारळ फोडून ते खोवावेत. त्यानंतर एक खोबऱ्याच्या किसाचा थर नंतर त्यावर बारीक किसलेल्या गुळाचा थर, त्यावर हळीवाचा थर व त्यावर डिंकाचा थर असे थर देऊन ते मंदाग्नीवर शिजवावे. शिजल्यावर तें मिश्रण घोटावें. तें घट्ट झाल्यावर तो गोळा स्वच्छ करून तूप लावलेल्या फरशीवर थापावा. सारख्या जाडींत थापल्यानंतर त्यावर वाटल्यास बदाम, अक्रोड बीं, काजू इ. पसरून त्याच्या २×४

अशा मापाच्या वड्या पाडाव्या. सुकल्यानंतर पातळ कागदांत गुंडाळून डब्यांत भरून ठेवाव्यात.

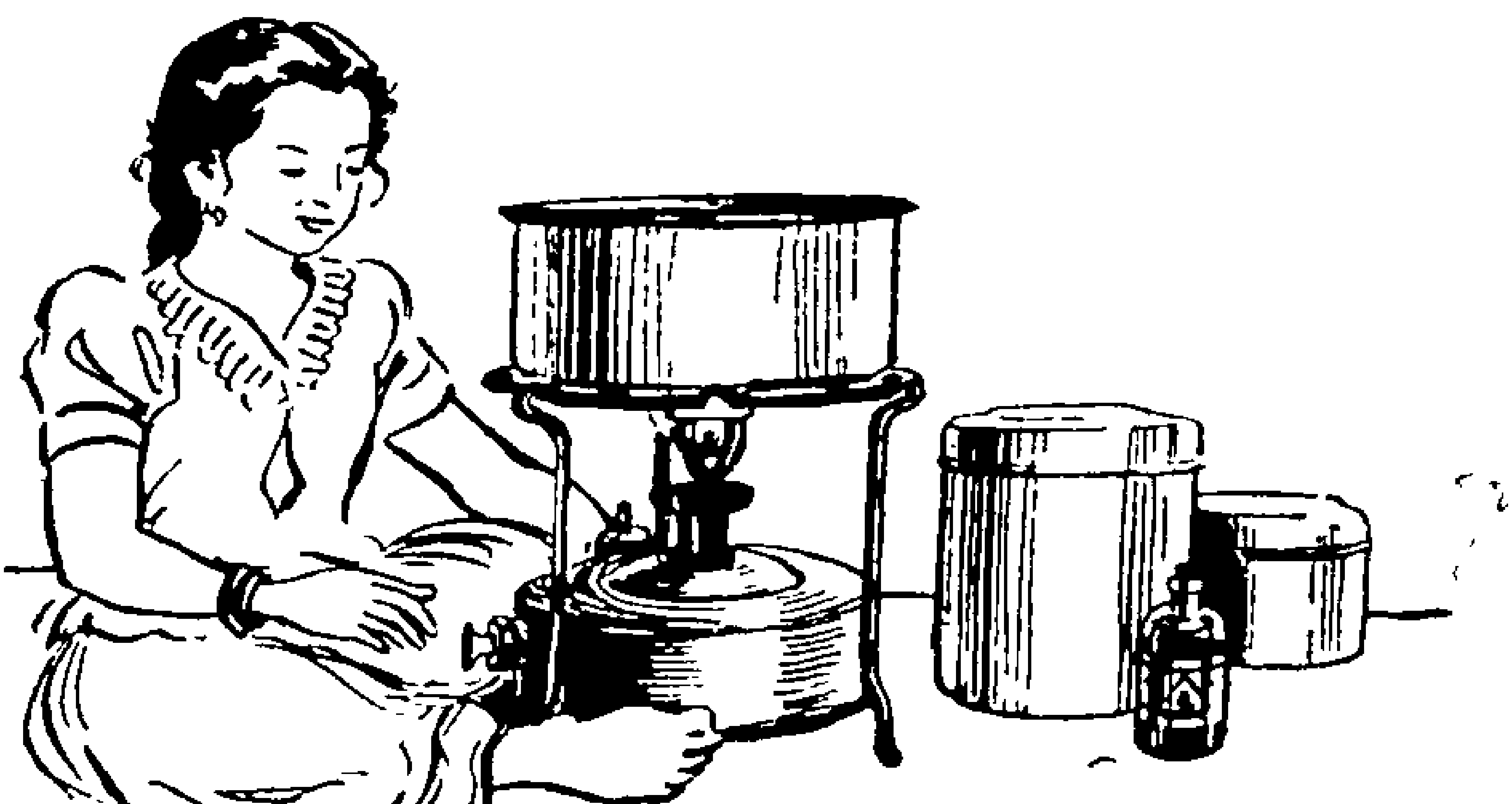
उपयोगः—या वड्या रुचकर, पौष्टिक व शक्तिवर्धक असतात.

*   *   *

पाठ १४ वा : नारळाची बर्फी

साहित्यः——दोन नारळ, पावशेर साखर वेलदोडे, रंग अथवा केशर.

कृतिः—प्रथम नारळ खोवून घ्या. नंतर खवलेला नारळ



व साखर एकत्र करून चुलीवर ठेवा. त्या मिश्रणास पाणी सुटेल, तें आटेपर्यंत चुलीवर घोटा. (वाटल्यास अदपाव खवा या मिश्रणांत टाकून घोटा.) नंतर संगमरवरी फरशीवर तूप लावून हा गोळा सारख्या जाडींत तीवर थापा. नंतर

सुरीनें वड्या पाडून त्या सुकूं द्याव्यात. (वड्या रंगीत हव्या असतील तर पूजेच्या वाटीभर दूध घेऊन त्यांत केशर अगर केशरी रंग तयार करून घेऊन मिश्रण चुलीवर घोटत असतां-नाच त्यांत हा रंग टाकून एकजीव करावा. त्याच वेळीं वेलदोड्याची पूडहि टाकावी.) वड्या सुकल्यावर त्या कागदांत गुंडाळून ठेवाव्यात.

* * *

पाठ १५ वा : आइस्क्रीम

साहित्यः—३ पौंड बर्फ, १ शेर लाल तापविलेलें दूध, आइसक्रीम पॉट्, पावशेर साखर, चहाचा एकदीड चमचा वाळ्याचा अर्क, मीठ १ शेर.

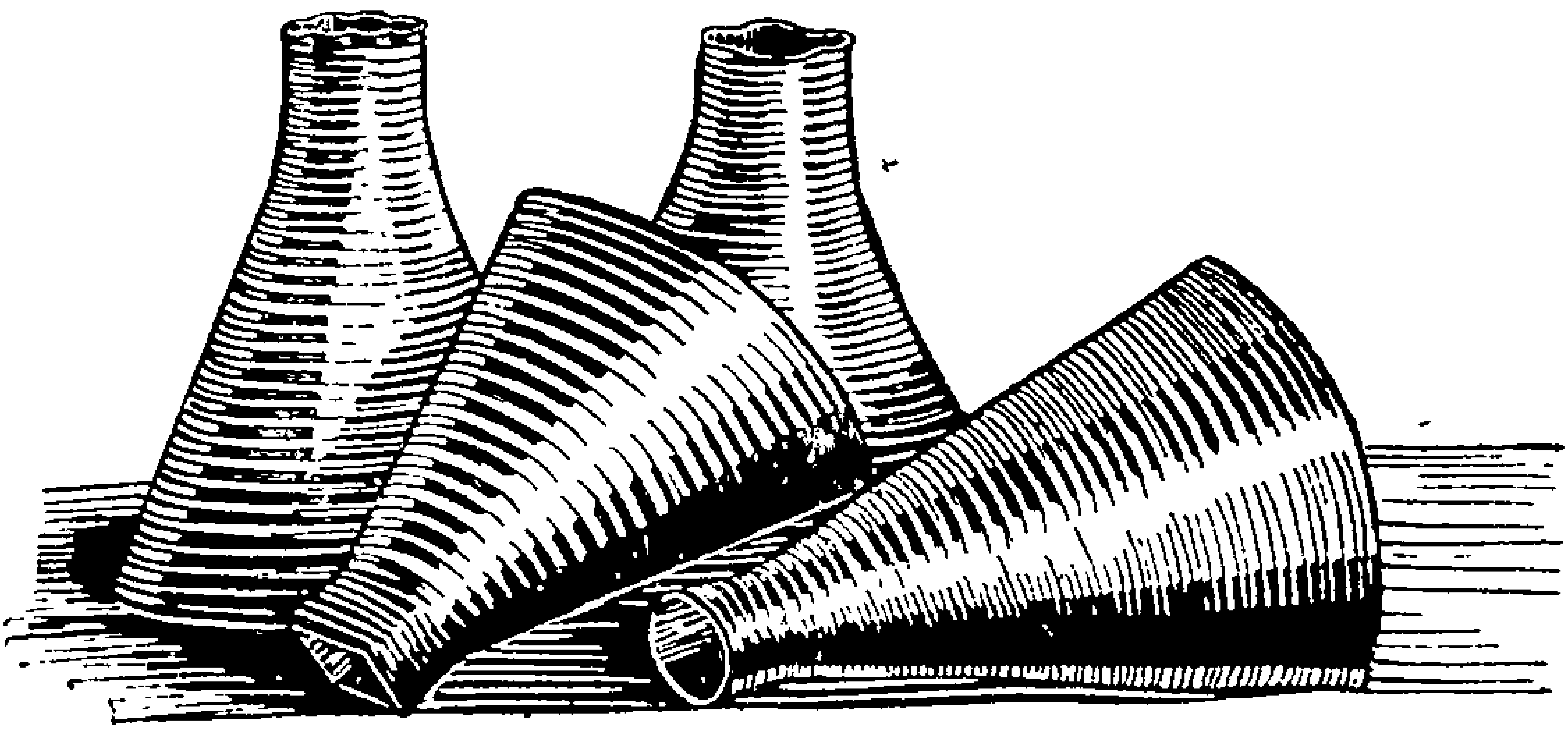
कृतिः– प्रथम दूध आइस्क्रीम पॉट्मध्यें टाकून त्याच्या बाहेरून एक बर्फाचा थर व एक मिठाचा पातळ थर अशा क्रमानें वरपर्यंत पॉट्ची बाहेरील बाजू भरावी. मात्र हे भरतांना पॉटचें झांकण लावून घ्यावें. नाहींतर दुधांत मीठ पडण्याचा संभव असतो. नंतर झांकण उघडून त्यांत साखर व वाळ्याचा अर्क मिसळून घ्यावा. नंतर झांकण बंद करून २५ ते ३० मिनिटें पॉट् फिरवावें; नंतर झांकण उघडून आइस्क्रीम तयार झालें आहे कीं नाहीं तें पहावें. झालें नसल्यास झांकण बंद करून पुन्हां ५ मिनिटें फिरवावें, पॉट्

फिरवितांना बर्फ व मीठ पॉटच्या बाहेरील बाजूस टाकावें. याचप्रमाणें इतर अर्कांचें प्रमाण वापरून आणि हीच कृति करून इतर आइस्क्रीमसुद्धां बनवितां येतील.

विशेषतः अंबा आईस्क्रीम तयार करण्याकरितां १ पौंड दूध, १ पौंड चांगल्या आंब्यांचा रस व पावशेर साखर हें सर्व मिसळून वरील प्रमाणेंच कृति करावी.

*   *   *

पाठ १६ वा : विशेष सूचना



(१) सांचे वापरतांना विशेष काळजी घ्यावी. वड्या न मोडतील अशा बेतानें ते वापरावे.

(२) गोळ्यांत रंग वापरावयाचा असेल तर जिलेटाईन-मध्यें तो मिसळून मगच वापरावा. म्हणजे सर्व साखरेला रंग लागून साखरेशीं एकजीव होईल. १ पौंड साखरेला साधारणपणें ५ ते ८ चहाचे

सुरीनें वड्या पाडून त्या सुकूं द्याव्यात. (वड्या रंगीत हव्या असतील तर पूजेच्या वाटीभर दूध घेऊन त्यांत केशर अगर केशरी रंग तयार करून घेऊन मिश्रण चुलीवर घोटत असतांनाच त्यांत हा रंग टाकून एकजीव करावा. त्याच वेळीं वेलदोड्याची पूडहि टाकावी.) वड्या सुकल्यावर त्या कागदांत गुंडाळून ठेवाव्यात.

* * *

पाठ १५ वा : आइस्क्रीम

साहित्य:—३ पौंड बर्फ, १ शेर लाल तापविलेलें दूध, आइसक्रीम पॉट्, पावशेर साखर, चहाचा एकदीड चमचा वाळ्याचा अर्क, मीठ १ शेर.

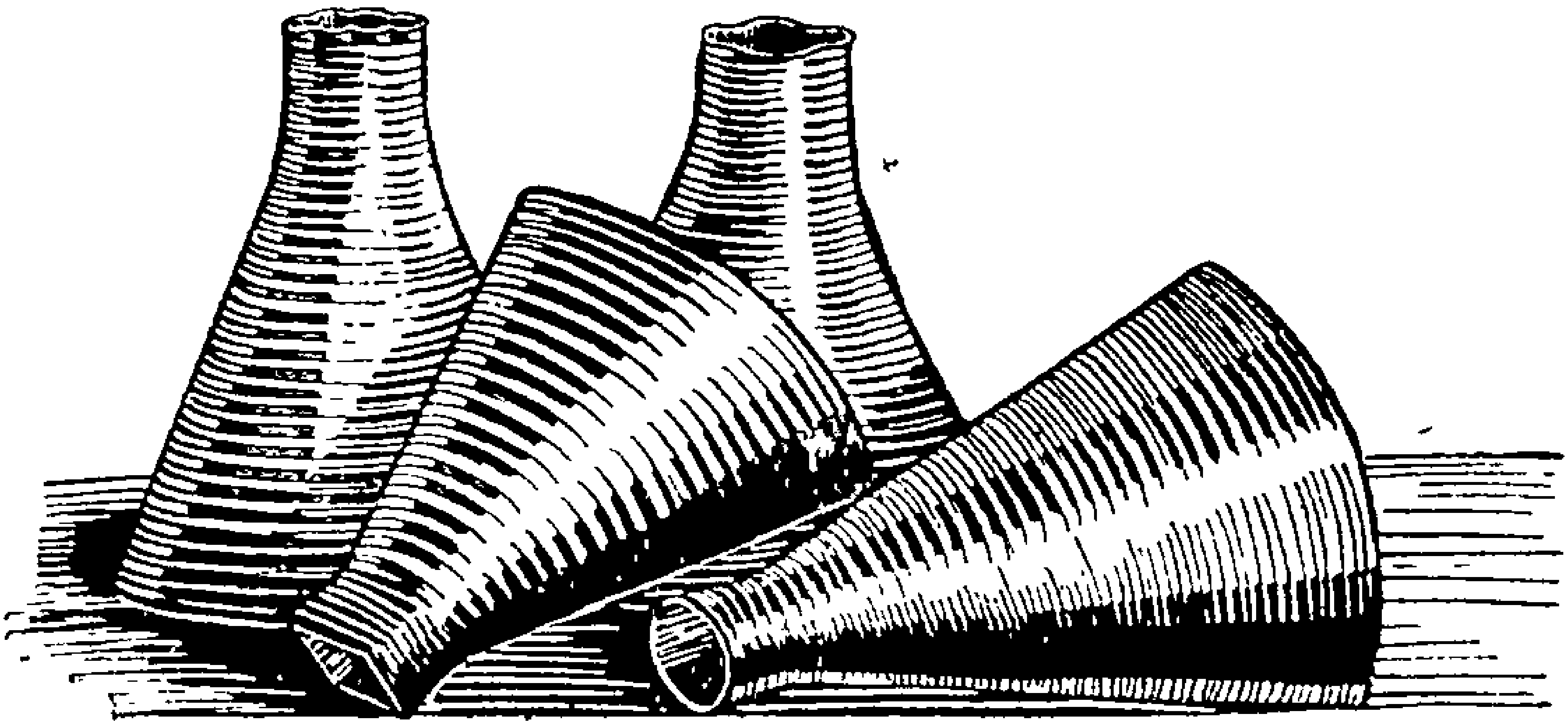
कृति:– प्रथम दूध आइस्क्रीम पॉट्मध्यें टाकून त्याच्या बाहेरून एक बर्फाचा थर व एक मिठाचा पातळ थर अशा क्रमानें वरपर्यंत पॉट्ची बाहेरील बाजू भरावी. मात्र हे भरतांना पॉटचें झांकण लावून घ्यावें. नाहींतर दुधांत मीठ पडण्याचा संभव असतो. नंतर झांकण उघडून त्यांत साखर व वाळ्याचा अर्क मिसळून घ्यावा. नंतर झांकण बंद करून २५ ते ३० मिनिटें पॉट् फिरवावें; नंतर झांकण उघडून आइस्क्रीम तयार झालें आहे कीं नाहीं तें पहावें. झालें नसल्यास झांकण बंद करून पुन्हां ५ मिनिटें फिरवावें, पॉट्

फिरवितांना बर्फ व मीठ पॉटच्या बाहेरील बाजूस टाकावें. याचप्रमाणें इतर अर्कांचें प्रमाण वापरून आणि हीच कृति करून इतर आइस्क्रीमसुद्धां बनवितां येतील.

विशेषतः अंबा आईस्क्रीम तयार करण्याकरितां १ पौंड दूध, १ पौंड चांगल्या आंब्यांचा रस व पावशेर साखर हें सर्व मिसळून वरील प्रमाणेंच कृति करावी.

*　　　*　　　*

पाठ १६ वा : विशेष सूचना



(१) सांचे वापरतांना विशेष काळजी घ्यावी. वक्या न मोडतील अशा बेतानें ते वापरावे.

(२) गोळ्यांत रंग वापरावयाचा असेल तर जिलेटाईन-मध्यें तो मिसळून मगच वापरावा. म्हणजे सर्व साखरेला रंग लागून साखरेशीं एकजीव होईल. १ पौंड साखरेला साधारणपणें ५ ते ८ चहाचे

५७९८ (२.४०)

चमचे जिलेटाईन लागतें. तेव्हां ८।१० चमचे जिलेटाईन निराळ्या भांड्यांत बाजूला काढून त्यांत रंग मिसळावा. म्हणजे रंग आणि जिलेटाईन वायां जाणार नाहीं.

(३) याचप्रमाणें कोणत्याही औषधीच्या व अर्कांच्या अथवा फळांच्या गोळ्या बनवितां येतात. अर्क अगर पातळ औषधी असेल तर प्रमाण १८ ते २५ थेंब (ज्या प्रमाणांत त्याची तीव्रता पाहिजे असेल त्या प्रमाणांत) तें औषध अगर अर्क टाकावा. आणि औषधी पूड असेल तर ४ ते ६ चमचे (चहाचे) १ पौंड साखरेकरितां वापरावे.

(४) सौम्य वासांच्या बाटल्यांशेजारीं उग्र वासाच्या बाटल्या ठेवूं नयेत. त्याचप्रमाणें बाटल्यांवर अर्कांच्या नांवाच्या चिठ्ठ्या लावण्यास विसरूं नये.

(५) गोळ्या संपूर्ण सुकल्याखेरीज डब्यांत भरूं नयेत. नाहींतर त्या दमट होऊन ठिसूळ होतील.

(६) वडी वाळल्याची खात्री करण्याकरितां एक वडी घेऊन ती चावल्यानंतर कट् असा आवाज झाला तर वडी वाळली आहे असें समजावें. वाळलेल्या वडीचा आवाज खातांना क्रडम क्रडम् असा होतो.

IRBK-0105769

IRBK-0105769