

Date: / /

फलों का वर्गीकरण उनके आकार, कोशिका रचना, बीज प्रकार तथा उनके उगने की स्थितियों के आधार पर किया जाता है।

इसे निम्नलिखित वर्गों में विभाजित किया गया है।

1- **बेरी (Berries)** ये वे फल होते जिसमें पैरोकार्य बहुत गूदेदार होते तथा गूदे में ही बीज होता है। इसकी कोशिका संरचना कमजोर होते हैं। थक्का लगाने से या फिजिंग से इसके नुकसान पहुँचता है। इसके उदाहरण हैं। आंवला, बेर, राशभरी, अंगूर इत्यादि। इसमें सुखित की मात्रा अधिक होती है। इसमें पैक्टीन भी अधिक मात्रा में होता है। अतः यह जैम, जैली इत्यादि बनाने के काम आते हैं।

2- **साइट्रस फ्रूट** → यह फलों का मुख्य बहुत ही महत्वपूर्ण वर्ग है। इसके उदाहरण हैं। नींबू, संतरा, मुसम्बी, माल्टा इत्यादि इसका रंग बड़ा ही मोटक तथा रंग बड़ा ही आकर्षक होता है। यह अधिक रसीले, मीठे, खट्टे होते हैं। इसका उपयोग रस बनाने में मुख्य रूप से किया

है। इसमें **विटामिन C, व A, भरपूर** होते हैं।

3- **ड्रूप (Drupes)**

इसके अन्तर्गत जो फल आते हैं उनका बिलका पतला तथा गुदा रसीला होता है। अन्दर ही एक कड़ा-सा बीज पाया जाता है। जो प्रायः बादाम के आकार का होता है। इस वर्ग के फल भी लोगों में अत्यन्त प्रचलित हैं। जैसे आम, खुबानी, आबू, आलू, खुखारा इत्यादि।

4- **ग्रेप्स (Grapes)**

सम्पूर्ण विश्व में अनेकों प्रकार के ग्रेप्स फल उगाये जाते हैं। बिनके आकार, रंग, गंध स्वाद, भिन्न-2 प्रकार का होता है फलों के इस प्रकार में कुछ में 2 से 4 तक बीज पाये जाते हैं। कुछ में बिल्कुल नहीं होते। इनमें मौलिक व टारटिक एसिड की अधिकता होती है। इनमें ग्लूकोज व फ्रक्टोज की अधिकता भी पायी जाती है। यह कई रंग के होते हैं। इसका प्रयोग झांडी व वाइन बनाने में लिया जाता है।

प्राचार्य

मीरा मनोरियल प्राविद्यलय
शिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थान
पाण्डेयपुर, ताखा, बलिया

5- **मैल-स (Melons)** इस प्रकार के फलों में पानी का अधिकतम पाया जाता है। इसमें शर्करा भी पाया जाता है। यह आकार में बड़े होते हैं। तथा इनके बीजों का भी उपयोग किया जाता है जैसे

6- **पोम्स (Pomes)** इन फलों को लम्बे समय तक सुरक्षित रखा जा सकता है। इनके बीज पाये जाते हैं। इस वर्ग में सेब, नासपती आदि फल पाये जाते हैं। इनका गुदा रसीला तथा

7- **ट्रापिकल व सबट्रॉपिकल फ्रूट्स** → इस वर्ग में वह फल आते हैं। जिसका प्रयोग पकाकर खाने में तो किया ही जाता है परन्तु इसके कई प्रकार के अचार जैसे, जेली, मुरब्बे आदि बनाये जाते हैं। इस वर्ग में आंवला, उगम, केला, कटहल, पपीता, सीताफल, सेब, लीची, अंजीर, बेल इत्यादि हैं।

फलों का वौटिक मूल्यांकन →

1- फलों में शर्करा का अधिकतम होती है। किसी-2 फल में प्रोटीन तथा वसा भी उपस्थित रहते हैं। जैसे - केले में 4% प्रोटीन 5% वसा

प्राचार्य

मीरा मेमोरियल महाविद्यालय
शिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थान
पाण्डेयपुर, ताखा, बलिया

तथा 20% श्वेतसार होता है।

2- जाते फलों में विटामिन 'C' अधिक मात्रा में रहता है।

अतः ये विटामिन 'C' के सर्वोत्तम साधन माने जाते हैं। पकाने की क्रिया तथा फलों को संग्रह करने की विधियों से उसमें उपस्थित विटामिन 'C' का काफी मात्रा नष्ट हो जाती है। नींबू, आंवला,

नारंगी, संतरे, अनारुद, बेर, आदि विटामिन 'C' के उत्तम साधन हैं।

विटामिन 'C' की भुक्त फलों का सेवन करने से रक्तर्षी, रोग नहीं होता

~~28/09/2020~~

मीरा मेमोरियल महाविद्यालय
शिक्षण एवं प्रशिक्षण संस्थान
पणवेल्लूर, तालुका, बलिया