ކިއުކަންބާ

ތަޢާރަފު

ކިއުކަންބާ ނުވަތަ ކަންބާ އަކީ ކިއުކަރބިޓޭސީ އާއިލާއަށް ނިސްބަތްވާ ތަރުކާރީގެ ބާވަތެކެވެ. ކިއުކަންބާ އަކީ ދިވެހިންގެ ކެއުމުގައި ބޭނުންކުރާ ތަރުކާރީގެ ބާވަތްތަކުގެ ތެރޭގައި ހިމެނޭ މުހިންމު އެއްބާވަތެވެ. ރާއްޖޭގައި ބޭނުންކުރާ ގިނަ ކަންބާ އަކީ މިރާށު ރާއްޖޭގެ އުފެއްދުން ތަކެވެ. ކަންބާ ރާއްޖެއަށް އިމްޕޯޓް ކުރާ އަދަދަށްވުރެ އުފެއްދާ މިންވަރު އިތުރެވެ. އެހެންކަމުން މިއީ ދިވެހި ދަނޑުވެރިކަމުގައި ވަރަށް މުހިންމު ދައުރެއް އަދާކުރާ ތަރުކާރީއެކެވެ.

އިންދާ ހެއްދުން

ކަންބާ އަކީ ރާއްޖޭގެ މާޙައުލުގައި ފަސޭހައިން ހެދޭ ބާވަތެކެވެ. އެގޮތުން ދަނޑުވެރިންގެ ތެރޭގައި މައިގަނޑު ދަނޑުވަރަކީ ކަންބާ ހެއްދާ އެއްޗެވެ. އެއީ ބިމުގައި ބޭޒު ހަދައިގެންނާއި، ހައިޑްރޯޕޮނިކް ސިސްޓަމްގައެވެ.

ބިމުގައި ހެއްދާއިރު، ފުރަތަމަ ފަސްގަނޑު ޓެސްޓުކޮށް، އޯގަނިކާއި ގަސްގަހުގެ ދޫނިތަކާއި ބިން ސާފުކޮށްގެން ބިން ސާފުކޮށްލަންވާނެއެވެ. އެއަށްފަހު އޯގަނިކް ކޮމްޕޯސްޓް (ކާނި ނުވަތަ ގެރިގުއި ފަސްއެއްކޮށް) ފަސްގަނޑާ އެއްކޮށްލާށެވެ. ބޭޒު ތައްޔާރުކުރާނީ އެއަށްފަހުގައެވެ. ބޭޒުގެ ފުޅާމިނުގައި 2 ފޫޓު އަދި ދިގުމިނުގައި

14 ފޫޓު ބެހެއްޓިދާނެއެވެ. ގުޅޭވަޅުކުރުމަށް ދަނޑުގެ ސިފަ ދަނޑުވެރިޔާގެއެވެ. ސަލާބަތަށް ލޮބުވާ ގޮތަށް ފުރަތަމަ ވަޅުކޮޅު ތަކެއް ވަކިކުރަން ފޫޓު ފުރައިޗީ ތަކަށް ފަރުވާކުރެވޭ ގޮތަށް ހަދައިގެން ދުރުމިން ބަހައްޓާ ކަންކަމަށް ސަމާލުވެ ލޮލުން ބަލާލާނެއެވެ. އަންނު ގޮތްތަކުގައި ބޭނުން އިންދާޅާ 35 ދުވަސްތެރޭގައި ކިއުކަންބާ އަޅަންފަށާނެއެވެ.

ބޭނު އިންދުމުގައި ދުރުމިނުގައި 1 ފޫޓު ހުންނަގޮތަށް އިންދާނެއެވެ. އަދި ދެލަފާ ބިމުގައި ބޭނު އިންދަކަންފޮޅި ފުރަތަމަ ބިމުގައި އިންދި ވަޅުތަކާ ދިމާ ނުވާގޮތަށް ހެސްކަތައްޔާރު ދިމާކޮށްގެންނެވެ.

ހައިޑްރޯޕޮނިކް ސިސްޓަމުގައި އިންދާ އިރު މަސައްކަތް ލުއިވެއެވެ. ފަސޭހަވާނެއެވެ. އެގޮތުން ބޭރުފު ނުވަތަ ފުރިމަދު ފޯރިގައިފައި ހެއްދިދާނެއެވެ.

މިގޮތަށް ހެއްދާއިރު ދުވަސްތަކުގެ ދުރުމިން 1 ފޫޓުރުވެ ކައިރިވެފައި ކުރުވިދާނެއެވެ. އަދި 8 ފޫޓަށް ވުރެ ދިގުވުމުން މައިކުރި ބެހެއްޓުމަށްފަހު. އޭރުން ކާނާގެ ހަރަދު ކުޑަ ކުރެވި، އަދި ތަރުކާރީގެ ފެންވަރު ރަނގަޅުވާނެއެވެ. މިގޮތަށް އަރިމަތި ކުރިޔަށްވުރެ ބޭރުކޮށްގެން ހެއްދިދާނެއެވެ. މިއީ ލާޒިމު ކާނާގެ ހަރަދު ކުޑަކުރު ގާތަށް ކުރިޔަށް ގެންދިއުމުގެ ސަމާލު ގެނެސްދެއެވެ. އަރިމަތިން ތަކާ ކުރި ބޭރުކުރުމުގައި ފިޔަވަޅު ގައި ކަންބާ އަޅާ ގޮތް އިންގެން ވަރަށް މުހިންމެވެ. ބަޔެއް ފިޔަވަޅު ތަކުގައި މައިކުރިގައި ކަންބާ އަޅައިރު، އަންނަބައި ފިޔަވަޅު ތަކުގައި ކަންބާ އަޅާނީ އަރިމަތިން ގާތް ކުރި ތަކުގައެވެ. އަރިމަތިން ގާތް ކުރި ބޭރުކުރާނަމަ 2 ފަތް ދުރުކޮށްލާ ދޫނި ބޭރުކޮށްލާށެވެ. މައި ކުރިގައި ކަންބާ އަޅާ ފިޔަވަޅު ތަކުގައި އަރިމަތިން ގާތް ހުރިހާ ކުރިއަކުން ބޭރު ކޮށްލާނީ ބާރު ނުވެއެވެ. ގިރިން ހެއްސަ ސިސްޓަމުގައި ކިއުކަންބާ ހެއްދާ ނަމަވެސް އިސްވެ ދެންނެވުނު ކަންތައްތަކުގެ އިތުރަށް މާ ބޭނުން

ކުރުމުގެ މަސައްކަތް އަމިއްލައަށް ކުރަންޖެހޭނެއެވެ. ސަބަބަކީ ގްރީން ހައުސް ކަހަލަ ބަންދު ސިސްޓަމެއްގައި މާޖީޒު ކުރާ ކޮކާލާ މާބޮޑު ފަދަ ސްޓޯފް ސްޓޮބެރީއް ނުވަތަވެސް ގޭތެރެ ހުންނާނީ އެވެ. މާ ޓޭޒް ކުރުމަށް އެންމެ ރަނގަޅީ ހޫނުދުވަސްގެ ފިނިގައެވެ. މާ ތަށް ފޫދުން ފިރިހެންމަލުގެ ކަރުގަނޑު، ގޮއްމަލުގެ (ފޮތުޅި ތާފައި އިންނަ އަންހެން މާ) އެތްޓާގައި ރަނގަޅަށް ހާލުކޮށްވެ. ކޮންމެ ފިރިހެންމަލުގެ ދިނުމުގެން ބޭނުން ކުރަންވާނީ 2 އަންހެން މަލަށެވެ. ފޫދު ކުރުމުގެ މަސައްކަތް 3 ދުވަސް ވަންދެން ކުރިއަށް ގެންދިއުމުން ރަނގަޅު ވާނެއެވެ.

ކާނާއެޅުން:

ގަސްތައް ފޫދުމުން ފޮސްފޮރަސް ނުވަތަ ކެލްޝިއަމް މާސްޓަރ ކަހަލަ ދިރޭ ގަސްކާނާއެއް 3 ދުވަހުން ދެފަހަރާއެވެ (ލިޓަރަކަށް 2 އެމްއެލް) ގަސްތަކަށް 5 ދުވަސް ވަރު ފުރުން ގަހަކަށް 7 ގްރާމުގެ މިގުން ފިޔަވަޅު 1 އަޅާށެވެ. މިއުޅުމުގައި މިނަރަލްސް ނައިޓްރަޖަން ގިނަ ކާނާއެއް ބޭނުން ކުރުމަށް ދާނެއެވެ. ކާނާ އަޅާނީ 15 ދުވަހުން 15 ދުވަހަށެވެ. ވެފުގައި މާ އަޅާ އުމުރަށް ދިޔުމުން (ފެހެމަތަ މާ ފޫދުމުން) ގަހަކަށް 8 ގްރާމުގެ މަގުން ފިޔަވަޅު 2 ކަހަލަ ފޮސްފޭރަސް މިނަ ކާނާއެއް އަޅާށެވެ. މި ކާނާވެސް އަޅުމަށްފަހު 15 ދުވަހުންނެވެ. ކާނާއެޅުމަށްފަހުގައި ގަހުގެ ފޮތް ތަކުގެ ބޯޓާ ހިސާބު ގަހުވަރައިގެން ޖެހޭކަން 2 އިންޗި ފުރުމިނަށް ކޮށްލާށެވެ.

މިގޮތަށް ކާނާކޮށް އަޅާ ފަސްގަނޑު އެއްކޮށްލާ ފަސް ބާލާށެވެ.

ހައިޑްރޮޕޮނިކްސްގައި ހައްދާ އިނގު ނުވަތަ ސަބްސްޓްރޭޓް ކަލްޗަރގައި ފަރޓިގޭޝަން (ފެނާއެކު ކާނާ ދިނުން) ކުރާއިރު އަލްފަބ ސޮލިއުޝަން ކަހަލަ ދިރާ ގަސްކާނާއެއް ގަހުގެ ބޭރަށް ދެނުން ގެންދިޔުމަށް ބޭނުންކުރެވެއެވެ. ކާނާ އެއްއެއް 2 ލީޓަރު ފެނަށް އަލްފަބ ސޮލިއުޝަން ފެހެރެ ފަޔާޖަހައި އަނބުރާ ގަސްފެނުގެ ކާނުގެ ފެހެބަލަން 1.5 ގްރާމު ކާނާގެ މަގުންނެވެ.

ދިމާވާ ބަލިތައް މައްސަލަ އަދި ހައްލު:

ފައުޑަރީ މިލްޑިއު: މިއީ ގަހަށް ޖެހޭ ފަނގަސް ބައްޔެކެވެ. މި ބަލި ޖެހުމުން ފަތްތަކުގެ މަތީ ފުށުގައި ހުދު ކުލައިގެ ފުޑެއް ޖަހާލައި ހުންނަކަން ފާހަގަވާނެއެވެ.

ހައްލު: މިބަލި ކޮންޓްރޯލްކުރުމަށްޓަކައި ފަންގިސައިޑްއެއް ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ. އެގޮތުން ނީމް އޮއިލް، ސަލްފަރ ފަދަ ފަންގިސައިޑް ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ. އަދި ބައޯ ކޮންޓްރޯލް ފަދަ ސިސްޓަމިކް ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ.

ރެޑް ސްޕައިޑަރ ނުވަތަ ސްޕައިޑަރ މައިޓް: މިއީ ކަށި އާއިލާގެ ގަސްތަކަށް ހޫނު ދުވަސްވަރު ގަދަ އެޓޭކެއް ކުރާ މައްސަލައެކެވެ. މި ދިރޭ ޖަނަވާރެއް ކުރުމުގެ ސަބަބުން ފަތްތަކުގެ ކުލަ ބަދަލުވެ އެފަތްތައް ހުދުވެ ހިކެނީއެވެ.

ހައްލު: ސްޕައިޑަރ މައިޓް ކޮންޓްރޯލްކުރުމަށް ފަންގިސައިޑް ބޭނުންކުރެވެއެވެ. މި ދިރޭ ޖަނަވާރު ކޮންޓްރޯލްކުރުމަށް ފޮތި ސަޕޯޓް ނުވަތަ ބުރަސް ބަސް ނިޔާ ބޭނުންކުރެވިދާނެއެވެ. ކޮންޓްރޯލް ކެމިކަލްގައި ކޮބާލްޓް ފަދަ އިންސެކްޓިސައިޑް ސްޕްރޭ ކުރެވިދާނެއެވެ.