

अन्नपूर्ण गाउँपालिका-३ र ४ मा पाइने
स्थानीय बाली तथा जातहरुको सूचीपुस्तिका

उद्धरण :

इन्द्र पौडेल, निरन्जन पुडासैनी, वीरबहादुर तामाङ, लीलाधर पन्त र कल्पना पौडेल । अन्नपूर्ण गाउँपालिका-३ र ४ मा पाइने स्थानीय बाली तथा जातहरूको सूचीपुस्तिका, २०७८ । ली-बर्ड, नेपाल ।

अन्नपूर्ण गाउँपालिका-३ र ४ मा पाइने स्थानीय बाली तथा जातहरूको सूचीपुस्तिका

प्रकाशक	जैविक विविधता, अनुसन्धान तथा विकासका लागि स्थानीय पहल (ली-बर्ड), पोखरा
सर्वाधिकार	प्रकाशकमा
संस्करण	प्रथम, २०७८
छापिएको प्रति	२००
तयारकर्ताहरू	इन्द्र पौडेल, निरन्जन पुडासैनी, वीर ब. तामाङ, लीलाधर पन्त र कल्पना पौडेल
भाषासम्पादन	शोभाकान्त गौतम
डिजाईन/लेआउट	हेम जि.सी., ली-बर्ड
आवरण फोटो	माछापुच्छ्रे विकास सङ्घ
फोटाहरू	ली-बर्ड फोटो बैंक

यो सूचीपुस्तिका बजारीकरणका माध्यमबाट कृषि जैविक विविधताको दिगो व्यवस्थापन परियोजना (LCPV-DI), नेपाल बीउ प्रणाली परियोजना (DADS II) र जलवायु कृषि प्रवर्द्धन कार्यक्रम (CRA) को आर्थिक सहयोगमा प्रकाशन गरिएको हो ।

भूमीका

नेपाल जस्ता पर्वतीय देशहरू जलवायु परिवर्तन जस्ता विभिन्न हावापानीमा आउने परिवर्तनको उच्च जोखिममा छन् । जलवायु परिवर्तनले बाली उत्पादनमा विभिन्न असरहरू परिरहेका छन् भने महत्त्वपूर्ण कृषि जैविक विविधताहरू लोपोन्मुख अवस्थामा छन् । यस्तो बदलिदो वातावरणीय अवस्थामासँग जुध्न स्थानीय जातहरू र तिनमा भएका गुणहरू (सुख्खा सहने, रोग किरा सहने, बढी वा कम पानीमा पनि राम्रै उत्पादन दिने आदि) महत्त्वपूर्ण हुन सक्छन् । यस्ता जात एवं यी जातसँग संबन्धित ज्ञान, सीप र प्रविधिका विषयमा अभिलेखीकरण गरी नयाँ पुस्तामा हस्तान्तरण गर्न आवश्यक देखिन्छ ।

यसै सन्दर्भमा फेवाताल जलाधार क्षेत्रको भदौरे, रयाले र मराम्चे गाउँमा भएका कृषि जैविक विविधताको सूचना सङ्कलन गरी सबैलाई प्रचारप्रसार गर्दै संरक्षण र प्रवर्धनमा टेवा पुऱ्याउनका लागि यो सूचीपुस्तिका तयार गरिएको हो । यस पुस्तकबाट स्थानीय समुदायहरू स्वयं आफैँ पनि सुसूचित हुने अवसर मिल्नेछ । स्थानीय तर जो अहिले कृषिमा संलग्न छैनन् उनीहरूका लागि आफ्नो क्षेत्रको कृषि जैविक विविधताका विषयमा ज्ञान आर्जन भई यसप्रति उत्प्रेरणा जाग्न सक्छ र विभिन्न अध्यनअनुसन्धानका लागि सन्दर्भसामग्री भई यस पुस्तिकामा भएका जातका महत्त्वपूर्ण गुणहरूको अध्ययनबाट थप अनुसन्धानमा टेवा पुग्न सक्छ । कृषि जैविक विविधताका यस्ता प्रयोगहरूबाट महत्त्वपूर्ण गुणहरूको संरक्षण हुनाका साथै दीर्घकालीन खाद्यसुरक्षामा सहयोग पुग्न भन्ने हामीले अपेक्षा गरेका छौं ।

यस सूचीपुस्तिकाभित्र अन्नपूर्ण गाउँपालिका वडा नं ३ र ४ मा अवस्थित भदौरे, रयाले र मराम्चे गाउँमा पाइने केही कृषि जैविक विविधताको सूचना सङ्कलन गरिएको छ । यसभित्र स्थानीय धान, कोदो, गहुँ, जौ, उवा, फापर, साग, भण्टा, गोलभेडा, काँक्रो, घिरौंला, फर्सी, सिमी, बोडी, मस्याङ, भटमास, बकुल्ला, करेला, स्कुस,

खुर्सानी, लसुन, छ्यापि, बेसार, अदुवा, पुदिना, बन धनिया, पिडालु, तरूल, सखरखण्ड र तोरीका विभिन्न ७५ थरीका जातहरूका बारेमा जानकारी संकलन गरिएको छ । भविष्यमा थप स्थानीय ज्ञान र सीपका साथै अन्य बाली र जातहरूको समेत सूचीपुस्तिका निकाल्न प्रयास गरिनेछ । यस पुस्तिकामा सङ्कलित ज्ञान तथा सूचनाहरू जैविक विविधता अनुसन्धान तथा विकासका लागि स्थानीय पहल, (ली-बर्ड) मार्फत सञ्चालित बजारीकरणका माध्यमबाट कृषि जैविक विविधताको दिगो व्यवस्थापन परियोजना, नेपाल बीउप्रणाली परियोजना र जलवायु कृषि प्रवर्द्धन कार्यक्रमको आर्थिक सहयोगमा स्थानीय कृषकहरूको ज्ञानका आधारमा लेखिएको हो । माछापुच्छ्रे विकास सङ्घद्वारा स्थानीय समुदायहरूले लिखित रूपमा राखेको सामुदायिक जैविक विविधता अभिलेखीकरणमा सङ्कलित केही सूचनाहरू समेत समावेश गरिएको छ तथापि अधिकांश सङ्कलित सूचनाहरू स्थानीय समुदायहरूको अनुभवमा आधारित छन् ।

कृतज्ञता

यो सूचीपुस्तिका प्रकाशनमा सहयोग पुर्याउने पञ्चधाम कृषि सहकारी संस्थाका अध्यक्ष खिमकुमारी गुरुङ, सचिव प्रेमबहादुर गुरुङ, सदस्य मञ्जु गुरुङ, सदस्य तारा गुरुङ, सदस्य सदाखर पौडेल, व्यवस्थापक निर्मला पौडेललगायत सहकारीका सम्पूर्ण सदस्यहरूलाई अन्तःकरणबाटै धन्यवाद निवेदन गर्दछौं । यसै गरी प्रगतिशील कृषि उत्पादन सहकारी संस्था र खुशी नमुना कृषि सहकारीका सदस्यहरू साथै सूचना सङ्कलनका क्रममा सहयोग गर्नुहुने प्रेमबस्ती, भदौरे, देउराली, तालिब्राड, रयाले र मराम्चे गाउँका कृषकहरू प्रति हृदयतः आभार प्रकट गर्दछौं । यस प्रक्रियामा सहयोग गर्नुहुने माछापुच्छ्रे विकास सङ्घका कार्यकारी निर्देशक दिलबहादुर भट्टराई एवं उहाँको टिमप्रति पनि आभारी छौं । यसै गरी सूचीपुस्तिकाको डिजाइनमा सहयोग गर्ने ली-बर्डका हेम जि.सी., भाषासम्पादनमा अथक परिश्रम गर्नुहुने शोभाकान्त गौतमका साथै प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूपमा संलग्न सम्पूर्ण व्यक्ति तथा संस्थाहरू प्रति आभार प्रकट गर्दछौं ।

अन्नपूर्ण गाउँपालिकाको सङ्क्षिप्त परिचय

अन्नपूर्ण गाउँपालिका साबिकका दाङसिङ, घान्द्रुक, सल्यान, लुम्ले, ढिकुरपोखरी गाउँविकास समितिहरू र भदौरे तामागी गाउँविकास समितिको १ र २ वडा समावेश गरी २०७३ सालमा गठन गरिएको हो । यो गाउँपालिका गण्डकी प्रदेशको कास्की जिल्लामा पर्दछ । भौगोलिक हिसाबले अन्नपूर्ण गाउँपालिका ८३°४२'०" देखि ८३°५७'०" पूर्व देशान्तरसम्म र २८°१५'१५" देखि २८°३६'४५" उत्तरी अक्षांशसम्म अवस्थित छ । ४१७.७४ वर्ग किलोमिटर क्षेत्रफल रहेको अन्नपूर्ण गाउँपालिका ११ वडामा विभाजित छ (स्रोत : अन्नपूर्ण गाउँपालिको संक्षिप्त परिचय) । यो गाउँपालिका कृषि, पर्यटन र पूर्वाधार: अन्नपूर्णको समृद्धिको आधार भन्ने नाराको साथ उज्ज्वल भविष्यको आशासहित अगाडि बढेको पाइन्छ ।

अन्नपूर्ण गाउँपालिका समुद्र सतहबाट ८४० मी. देखि ८०९१ मी.सम्मको उचाइमा रहेको छ । यसको महत्त्वपूर्ण सम्पदाका रूपमा उत्तरतर्फका हिमश्रृङ्खलाका साथै विभिन्न वनस्पति, वन्यजन्तु तथा कृषि जैविक विविधता आदि हुन् । पछिल्लो समयमा आएर विभिन्न कारणले गर्दा



स्थानीय कृषि जैविक विविधताहरू सङ्कटमा पर्ने सम्भावना प्रबल देखिन्छ । वैदेशिक रोजगारीसँगै गाउँघरमा कृषि मजदूरको कमी भई जग्गा बाँझो रहने क्रममा कतिपय कृषि जैविक विविधता लोपोन्मुख अवस्थामा पुगेका छन् भने कतिपय त लोप नै भइसकेका छन् । यसका अलावा विभिन्न मानव क्रियाकलापहरूले कृषि जैविक विविधता संरक्षणमा प्रभाव पारेको पाइन्छ । जस्तै, बढी उत्पादन लिने क्रममा आयतीत बीउको प्रयोग, कृषिप्रति नयाँ पुस्ताको दृष्टिकोण, स्थानीय जातले उत्पादन दिन सक्दैन भन्ने भावना, स्थानीय जातमा सरकारी नीतिनियम मौन रहनु आदि कारणहरू हुन सक्छन् । तसर्थ यस सूचीपुस्तिकामा अन्नपूर्ण गाउँपालिकाको वडा नं ३ र ४ मा अवस्थित रयाले, मराम्चे, र भदौरे देउराली क्षेत्रमा रहेका केही कृषि जैविक विविधताका विषयमा कृषकहरूको अनुभवलाई समावेश गर्ने प्रयास गरिएको छ ।

अन्नपूर्ण गाउँपालिका वडा नं-३, रयाले गाउँ पोखरादेखि २५ किलोमिटरको दूरी पोखरा बाग्लुङ राजमार्गमा पर्दछ भने मराम्चे गाउँ राजमार्गको पत्थर वा काँडेदेखि ३ किलोमिटरको दूरीमा अवस्थित छ यसै गरी वडा नं ४ को भदौरे देउराली काँडे बजारबाट ६ किलोमिटर दक्षिण ऐतिहासिक तथा धार्मिक स्थल पञ्चासेको काखमा अवस्थित छ । करिब १ घण्टाको गाडीयात्रापछि पुग्न सकिने यी सुन्दर गाउँका कृषकहरू पर्यावरणीय कृषिमा संलग्न छन् । भदौरे क्षेत्रका कृषकहरू घरबास कार्यक्रमअर्न्तगत पर्यापयर्टनको वृद्धि गरी कृषि जैविक विविधताको संरक्षणमा लागिपरेका छन् भने रयाले गाउँका कृषकहरूले मुख्यमन्त्री वातावरणमैत्री कार्यक्रमअर्न्तगत स्वस्थकर उत्पादनलाई बढावा दिइरहेका छन् । यसै गरी मराम्चे गाउँका कृषकहरूले सामुदायिक बीउ बैंकमार्फत स्थानीय जातहरूको संरक्षण गर्दै पर्यावरणीय कृषि उत्पादनलाई बढावा दिएको पाइन्छ ।

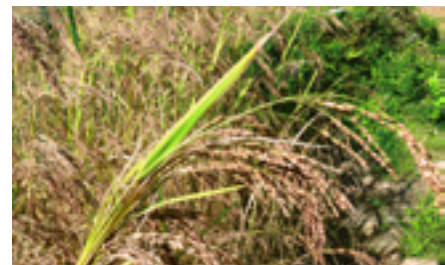
विषय सूची

धान	१-१३	भटमास	४९-५१
मकै	१४-१६	बकुल्ला	५२
कोदो	१७-२०	करेला	५३
गहुँ	२१	स्कुस	५४-५७
जौ	२२	खुर्सानी	५८-६०
उवा	२३-२४	लसुन	६१-६३
फापर	२५	छ्यापि	६४
साग	२६-२८	बेसार	६५
भण्टा	२९	अदुवा	६६
गोलभेडा	३०-३१	पुदिना	६७
काँक्रो	३२-३३	बन धनिया	६८
घिरौला	३४-३६	पिडालु	६९-७०
फर्सी	३७-३९	तरुल	७१-७३
सिमी	४०-४४	सखरखण्ड	७४
बोडी	४५-४७	तोरी	७५
मस्याङ	४८		

बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	कालो पाल्ले
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण -३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट अग्लो हुने, दानाको बाहिरी भुस कालो भए तापनि चामल सेतो हुने, पराल नरम र हल्का कालो हुने, दानाको टुप्पामा हल्का कालो चुच्चा टुँडा हुने ।
विशेष गुणहरू	अन्य धानका तुलनामा काट्दा सुकाउँदा दाना नभर्ने तर भाँट्न सजिलो, भात बढ्ने, नरम र खान स्वादिलो, चामल पर्ने, पराल नरम भएका कारण बस्तुले मन पराउने ।
प्रयोग	विशेष रूपमा भात खान प्रयोग गरिने, दूधभातसँग अझै मिठो हुने साथै खीर बनाउनका लागि चामल उपयोगी हुने । कहिलेकाही रोटी, पुवा, फिलिङ्गा तथा अन्य परिकार बनाउन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	धम्पुसे
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट अग्लो हुने, बाला छोटा, अन्य धानका तुलनामा दाना मोटा हुने र परालको रङ हल्का सेतो हुने
विशेष गुणहरू	पराल र चामल बढी पर्ने, चिसो हावापानी सहन सक्ने र खान मीठो हुने ।
प्रयोग	भातरौटी, कसारका साथै चामलबाट बन्ने सबै परिकार बनाउन प्रयोग गरिन्छ ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	बंगेली कालो
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट अग्लो र बाला लामो हुने, दाना फिक्का कालो देखिने, टुप्पामा हल्का टुँडा हुने, अन्य जातको तुलनामा बढी गाँज हाल्ने ।
विशेष गुणहरू	पराल तथा चामल बढी पर्ने, खान स्वादिलो, धेरै मल सहन सक्ने, रोगकिरा कम लाग्ने ।
प्रयोग	भात, रोटीका साथै चामलबाट बन्ने सबै परिकार बनाउन प्रयोग हुने तथा अन्य जातको तुलनामा पराल अग्लो हुने भएकाले गुन्द्री बुन्न बढी उपयोगी हुने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	जर्नेली
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	३ - ४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	अन्य जातका तुलनामा यसको बोट होचो हुने, बाला लामा, भण्डे पात माथि ठडिने, यसका पात केही खस्रा, दाना मसिना चुच्चा परेको हुने, धान पाकेपछि पहेलो देखिने ।
विशेष गुणहरू	यसको भात नरम र स्वादिलो हुने भएकाले सुत्केरी तथा बिरामीका लागि उपयोगी हुने । चिउराभुजा बनाउन बढी उपयोगी हुने, बढी मल सहन सक्ने ।
प्रयोग	भात, चिउरा, भुजा र खट्टे बनाउन प्रयोग गरीने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	भट्टे धान
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट होचो, बाला छोटो मोटा हुने र बाक्लो फल्ने, दाना पाकेपछि पनि पराल हरियो भईरहने र गाँज बढी हाल्ने ।
विशेष गुणहरू	बढी फल्ने, चामल पर्ने, नढल्ने ओसेपमा पनि हुने, मल धेरै सहन सक्ने ।
प्रयोग	भात, सिरम्ला तथा चामलबाट बन्ने विभिन्न परिकार बनाएर प्रयोग गरिन्छ ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	ठूलो बासमती
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोटको उचाइ मध्यम खालको हुने, बाला केही लामा, दानाको साईज मध्यम तर लाम्चा, सरा बढी राख्ने ।
विशेष गुणहरू	गाँज बढी हाल्ने, मल बढी सहन सक्ने, बासनादार धान, पराल बढी पर्ने, खान स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	भात, रोटी, कसार तथा अन्य चामल बाट बन्ने अन्य विविध परिकारहरू बनाएर प्रयोग गरिन्छ ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	रातो अनदी
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - ११०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट होचो हुने, बाला लामा, दाना केही मोटा र दानाको रङ रातो-रातो देखिने, यसको चामल दूधे सेतो हुने, अन्य जातहरूका तुलनामा यसको डाँठ र पात मोटा तथा खस्रा हुने ।
विशेष गुणहरू	औषधीय गुण भएको, चाडपर्वमा प्रयोग गरिने, बजारभाउ बढी, गाँज बढी हाल्ने, मल तथा पानी बढी सहने ।
प्रयोग	लट्टे, खट्टे, सिरम्ला बनाउन प्रयोग गरिने हातखुट्टा भाँचिएको मर्केकामा पुवा बनाएर खानमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	घैया
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - असोज
हुलिया	बोट होचो, मध्यम साइजका लाम्बा दाना, पाकेका दाना पहेंला रङका देखिने तर तिनमा काला थोपा हुने । पराल नरम हुने, चामल रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	विशेषरूपमा सुक्खा सहन सक्ने, बारीमा छरेर लगाउन सकिने, खान मीठो हुने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	काठे
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	४ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट अग्लो, धान तथा पराल सफा र सेतो, दानाका टुप्पामा हल्का कालो टुँडा हुने, दानाको साइज मध्यम, पराल अग्लो तथा नरम हुने भएकाले गुन्द्री बुन्न उपयोगी हुने ।
विशेष गुणहरू	सिँचाई राम्रो भएको जग्गामा उत्पादन राम्रो हुने, भात बढ्ने, खान मीठो, परालको उत्पादन बढी हुने र पराल गुन्द्री बुन्नका लागि उपयोगी हुने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	सिलाङ्गे
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट अग्लो हाल्ने, धानको दाना मोटो तथा हल्का सेतो ढाँचाका हुने, गाँज बढी हाल्ने , दानाका टुप्पामा हल्का टुँडा भएको ।
विशेष गुणहरू	उत्पादन बढी हुने, चिसो सहन सक्ने, चामल पर्ने, परालको उत्पादन पनि बढी हुने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	रेक्साली
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	४.५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट मध्यम अग्लो हुने, धानको दाना मोटो तथा हल्का सेतो ढाँचाका हुने, गाँज बढी हाल्ने, दानाका टुप्पामा हल्का टुँडा भएको ।
विशेष गुणहरू	उत्पादन बढी हुने, चिसो सहन सक्ने, चामल पर्ने, परालको उत्पादन पनि बढी हुने, बोट दह्रो भएकोले नढल्ने, मल बढी सहन सक्ने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	लुम्ले-२
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	४ - ५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट मध्य अग्लो, धान बाकलो फल्ने, पहेलो देखिने, चामल रातो रङको हुने, गाँज बढी राख्ने, दानाका टुप्पामा हल्का कालो टुँडा हुने ।
विशेष गुणहरू	चिसो तथा ओसेप सहन सक्ने, मल सहन सक्ने, उत्पादन राम्रो हुने र चामल पर्ने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	धान
वैज्ञानिक नाम	<i>Oryza sativa</i>
जात	छोम्रोड
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	४ - ५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	अन्य जातको तुलनामा दाना केही ठूलो हुने, दानामा धमिलो खैरो थोप्ला देखिने, लुम्ले-२ को तुलनामा केही अग्लो, पराल दह्रो, बाला भुप्प र बाक्लो फल्ने, दानामा हल्का टुँडा हुने र चामल रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	धान तथा परालको उत्पादन राम्रो, चिसो हावापानी सहन सक्ने, मल सहन सक्ने, खान मीठो हुने ।
प्रयोग	भात, रोटी, पुवा आदिमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



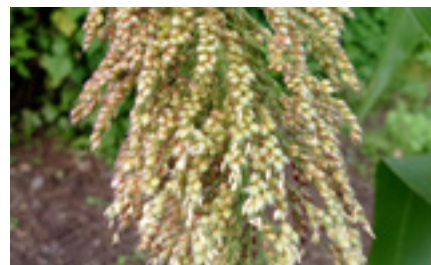
बाली	मकै
वैज्ञानिक नाम	<i>Zea Mays</i>
जात	पहेलो मकै
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ देखि २ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	चैत - साउन
हुलिया	मकैको बोट मोटो र अग्लो हुने, दाना पहेलो र ठूलो, पात लाम्बा बिचमा सेतो नसा हुने । बोटका टुप्पामा धानचमरा निक्कने ।
विशेष गुणहरू	दाना ठूलो हुने भएकाले अन्य जातका तुलनामा पीठो बढी पर्ने । धेरै पर्दछ, खाना स्वादिलो, भुटेर खानको लागि फूल उठ्ने, सेतो मकैका तुलनामा घुन, पुत्ला जस्ता किरा कम लाग्ने ।
प्रयोग	हरियो मकै पोलेर तथा भुटेर खाजाको रूपमा प्रयोग गर्न सकिने, सुकेको मकैको सातु , ढिडो तथा आटो खाँदा मीठो, बस्तु भाउलाई दाना बनाएर पनि दिन सकिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	मकै
वैज्ञानिक नाम	<i>Zea Mays</i>
जात	सेतो मकै
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ देखि १.५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	चैत - भदौ
हुलिया	बोट अग्लो सर्लक्क परेको हुने, पहेँलो मकैभन्दा यसको डाँठ केही सानो हुने, मकैको दाना सेता राम्रा हुने र पात पनि केही लाम्चा साना हुने ।
विशेष गुणहरू	पहेलो मकैको तुलनामा फूल बढी उठ्ने, मकैको पीठो सेतो चामलको जस्तो देखिने भएकाले राम्रो देखिने, पोलेर तथा भुटेर खान कमलो तथा अति मीठो हुने ।
प्रयोग	हरियो मकै पोलेर तथा भुटेर खाजाको रूपमा खान सकिने, सुकेका मकैको ढिडो तथा आटाका साथै भुटेर पनि खान सकिने। उत्पादन बढी भएका खण्डमा बस्तुलाई कुँडो बनाएर खुवाउन पनि प्रयोग गर्न सकिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



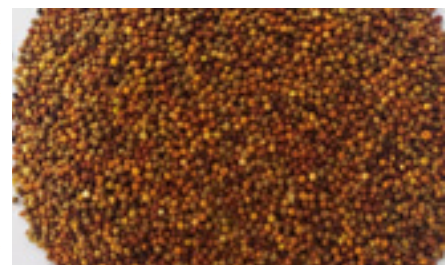
बाली	मकै
वैज्ञानिक नाम	<i>Sorghum bicolor</i>
जात	जुनेलो मकै
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ माना प्रती गाँज
बालीअवधि	फागुन - मङ्सिर
हुलिया	बोट उखुको जस्तो देखिने, बोट अग्लो हुने, टुप्पामा भुप्पा भएर फल्ने र फलेपछि नुग्ने, दाना मसिनो हुने, दानाको रङ सेतो हुने, बोटले गाँज हाल्ने ।
विशेष गुणहरू	सबै दानाको फूल उदने, खान अति मीठो, दाँत कमजोर हुने बूढाबूढी वा केटाकेटीले पनि सजिलै खान सक्ने, विशेष पूजा वा व्रत बस्ने बेलामा पनि यसलाई भुटेर प्रयोग गरिने, पाहुनाहरू आउँदा भुटेर खाजाकोरूपमा दिन अति उत्तम हुने ।
प्रयोग	भुटेर खाजाको रूपमा साथै पूजाआजामा प्रसादको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	कोदो
वैज्ञानिक नाम	<i>Eleusine coracana</i>
जात	डल्ले कोदो
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ - २ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - असोज
हुलिया	फलको आकार डल्लो कसिलो मुङ्की जस्तो हुने, डाँठको आख्लामा अलि-अलि कालो हुने, नल दरो हुने, पात साँघुरो र लाम्चो हुने ।
विशेष गुणहरू	टिप्न सजिलो हुने, नल दरो हुने भएकाले नढल्ले, कोदो बढी फल्ने, पीठो पर्ने ।
प्रयोग	रोटी, पुवा, खोले, ढिँडो र स्थानीय पेय पदार्थ बनाउनका साथै कोदोबाट बन्ने सबै परिकार बनाएर खान मिल्ने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	कोदो
वैज्ञानिक नाम	<i>Eleusine coracana</i>
जात	भ्यापे कोदो (नला)
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ - २ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - असोज
हुलिया	बाला फुकेका हातको औला जस्तै हो, बालाका केस्रा लामा, बाला पनि लामा, बाला सेता देखिने र पाकेपछि रातो हुने, नल सेतो हरियो, बाला पाक्दा पनि नल हरियो रङ रहने ।
विशेष गुणहरू	बालामा भुस कम हुने, कोदाको रङ रातो भएकाले आर्कषक र परिकार पनि राम्रो, यसको नल दाना पाक्ने बेलासम्म पनि हरियै रहने र नरम हुने भएकाले बस्तुले मन पराउने ।
प्रयोग	रोटी, पुवा, खोले, ढिंडो र स्थानीय पेय पदार्थ बनाउन साथै कोदोबाट बन्ने सबै परिकार बनाएर खान सकिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	कोदो
वैज्ञानिक नाम	<i>Eleusine coracana</i>
जात	सेतो कोदो
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ - २ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - असोज
हुलिया	दाना सेतो हुने भएकाले बाला पनि पाक्ने बेलामा सेता देखिने, पूर्णरूपमा पाकेपछि भने दाना रातो नै हुने, अन्य जातका तुलनामा चाँडो पाक्ने, यसको नल पनि सेतो रङको हुने ।
विशेष गुणहरू	अन्य जातका तुलनामा यसको पीठो सेतो हुने भएकाले खँदा आर्कषक देखिने र सबैले मन पराउने, यसका परिकार मीठो हुने, कोदो माङ्ग पनि सजिलो हुने ।
प्रयोग	रोटी, पुवा, खोले, ढिंडोका साथै स्थानीय पेय पदार्थ बनाउने एवं कोदोबाट बन्ने सबै परिकार बनाएर खान सकिने, यो जात पाएसम्म अन्य जातको कोदाको परिकार नखाइने ।
हालको अवस्था	घट्दो



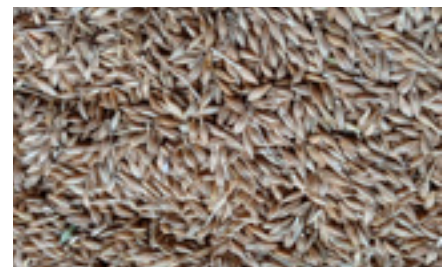
बाली	कोदो
वैज्ञानिक नाम	<i>Eleusine coracana</i>
जात	जुरे कोदो
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ - २ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	वैशाख - मङ्सिर
हुलिया	बालाको माथि एउटा केन्द्रो जुरो जस्तो माथि निस्कने, बाला डल्लो सेतो रङको हुने, दानाको रङ रातो, यसको बोट अग्लो र नल मोटो हुन्छ ।
विशेष गुणहरू	खान स्वादिलो, बाला टिप्न सजिलो, नल काट्न सजिलो, नल नरम भएका कारण बस्तुभाउले मन पराउने ।
प्रयोग	रोटी, पीठो, खोले, ढिडो र स्थानीय पेय पदार्थ बनाउनका साथै कोदोबाट बन्ने सबै परिकार बनाएर खान सकिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



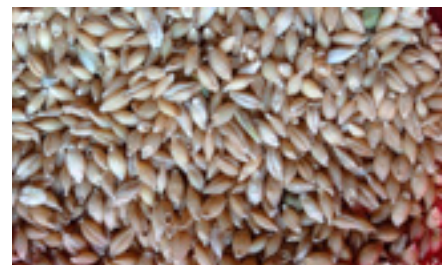
बाली	गहुँ
वैज्ञानिक नाम	<i>Triticum spp.</i>
जात	स्थानीय सानो गहुँ
उपयुक्त क्षेत्र	१००० -१७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ - १.५ मुरी प्रती रोपनी
बालीअवधि	कात्तिक - फागुन
हलिया	अन्य विकास जातहरूका तुलनामा बोट अग्लो हुने, डाँठ मसिना, डाँठको आँखला बीचमा खोक्रो हुने, दाना सानो र हल्का राता, बालामा घोच्ने कालो टुँडा हुने, बाला सिधा माथि फर्केको हुने ।
विशेष गुणहरू	विकासे जातहरूका तुलनामा लामो समयसम्म टिकाउ हुने, भण्डारणमा किरा कम लाग्ने, खान स्वादिलो तथा अडिलो हुने, आकासबाट पानी नपर्ने वर्ष पनि केही उत्पादन दिने । विकासे जातहरू भन्दा यसको नल नरम भएकाले पशुले रुचाएर खाने ।
प्रयोग	रोटी, ढिंडो बनाएर खाजा वा खानाका रूपमा प्रयोग गरिने, दानालाई भुटेर खाजाको रूपमा खाने चलन छ भने यसको नल पशुहरूलाई खुवाउनमा प्रयोग गरिन्छ ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	जौ
वैज्ञानिक नाम	<i>Hordeum vulgare</i>
जात	टुँडे जौ
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ मुरी प्रति रोपनी
बालीअवधि	कार्तिक - चैत
हुलिया	बोटको उचाइ ४-५ फिटसम्म हुने, बालामा लामो-लामो धेरै सङ्ख्यामा कोप्ने टुँडा हुने, बाला तथा दाना हल्का सेतो रङको हुने बाला केही भुक्ने, गहुँ वा उवाभन्दा यसका दाना भुसले ढाकेका हुने । यसको नल केही मोटो र सेतो रङको हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, पोषिलो तथा स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	सातु तथा ढिडो बनाई खानमा प्रयोग गरिने भने विशेष गरी धार्मिक कार्यमा अति आवश्यक हुन्छ, यसको नल पशुहरूलाई खुवाउन प्रयोग गरिन्छ ।
हालको अवस्था	घट्दो



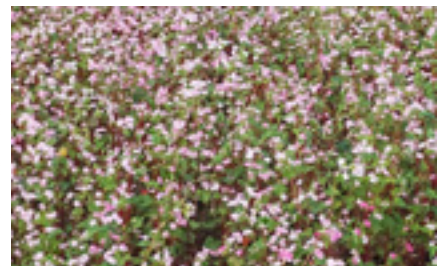
बाली	उवा
वैज्ञानिक नाम	<i>Triticum spp.</i>
जात	उवा
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.२५ - १.५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	कात्तिक - चैत
हुलिया	बोटको उचाइ ४ फिटसम्म हुने, बालामा टुँडो हुने, बाला छोटा र हल्का रातो-रातो रङको हुने, गहुँको भन्दा यसका दाना ठूलो हुने, यसको नल केही मोटो र सफा देखिने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, पोषिलो तथा स्वादिलो हुने, बिरामीले पनी खान मिल्ने ।
प्रयोग	पीठोबाट ढिँडो खाने, दाना भुटेर खाजाको रूपमा प्रयोग गर्ने, भुटेर सातु बनाएर खाजाका रूपमा खान तथा विभिन्न अन्य उत्पादनहरू मिसाई बच्चालाई लिटोको रूपमा खुवाउन उपयोगी, बिरामी पर्दा खोले खान सकिने र नल पशुहरूलाई खुवाउन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



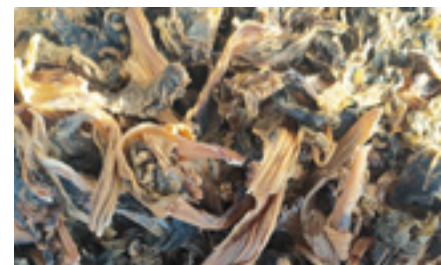
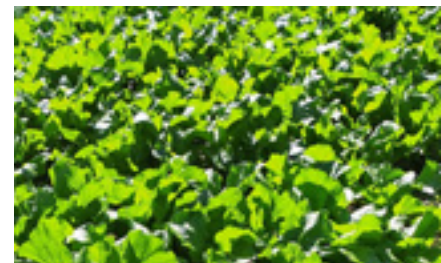
बाली	उवा
वैज्ञानिक नाम	<i>Triticum spp.</i>
जात	मुडुले उवा
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ - १.५ मुरी प्रतिहल
बालीअवधि	कात्तिक - चैत
हुलिया	बोटको उचाइ ४ फिटसम्म हुने, बालामा टुडो हुने, बाला छोटा र हल्का कालो रङको हुने, अन्य उवा जस्तो लामा टुँडा नहुने, गहुँको भन्दा यसको दाना ठूलो हुने, यसको नल केही मोटो र सफा देखिने ।
विशेष गुणहरू	पोषिलो तथा स्वादिलो हुने, बिरामीले पनि खान मिल्ने ।
प्रयोग	पीठोबाट ढिँडो खाने, दाना भुटेर खाजाको रूपमा प्रयोग गरिने, भुटेर सातु बनाएर खाजाको रूपमा खान तथा विभिन्न अन्य उत्पादनहरूसँग मिसाई बच्चालाई लिटोको रूपमा बनाएर खुवाउन सकिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	फापर
वैज्ञानिक नाम	<i>Fagopyrum esulentum</i>
जात	तिते फापर
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	२० - ३० के.जी प्रतिरोपनी
बालीअवधि	कात्तिक - फागुन
हुलिया	बोटको उचाइ ४ फिटसम्म हुने, दाना चुच्चो परेका हुने, फुल भुष्प भएर कलेजी रडको हुने, पात पीपलका जस्ता तर टुप्पा चुच्चो परेका र डाँठ रातो ढपको हुने, हाँगा बाक्ला हालेर फल्ने ।
विशेष गुणहरू	पौष्टिकताका हिसाबले अति राम्रो हुने, छोटो समयमा बाली लिन पाइने, यसको साग पनि खान मिने ।
प्रयोग	कलिलामा यसको साग तरकारीको रूपमा प्रयोग गरिने, दाना पीठो बनाएर रोटी वा ढिँडो बनाएर खाने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	साग
वैज्ञानिक नाम	<i>Brassica juncea</i>
जात	मार्फा साग
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१०० - १५० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - फागुन
झुलिया	बोट एक फिट उचाइ, पात हरिया र चौडा ठूलो हुने, ढिलो फुल्ने, पात नरम र पातका डाँठ चाक्ला हुने, पात टिप्दै जाँदा अन्य नयाँ पातहरू आउने, यसको फूल पहेँलो हुने, कोसा तोरीका जस्तो तर केही ठूलो हुने ।
विशेष गुणहरू	स्वादिष्ट र लामो समयसम्म रहिरहने, पकाउँदा नरम हुने छिटो पाक्ने, बढी मल सहन सक्ने ।
प्रयोग	तरकारी तथा गुन्द्रुक बनाएर तरकारी एवं अचारका रूपमा प्रयोग गर्न सकिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	साग
वैज्ञानिक नाम	<i>Brassica juncea</i>
जात	गुजमुजे साग
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१०० - १५० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - फागुन
हुलिया	पातका छेउछेउमा मुजा परेको हुने । हल्का काँडा हुने पात ठूलो हुने डाँठ लामो अग्लो हुदै जाने धेरै उत्पादन दिने ।
विशेष गुणहरू	स्वादिलो, पकाउँदा छिटो पाक्ने कडा बास्ना आउने र मल सहन सक्ने क्षमता भएको ।
प्रयोग	हरियैमा तरकारी खाने तथा बढी भएको साग गुन्द्रुक बनाएर राखेपछि तरकारीको अभाव भएका बेलामा अथवा स्वादका लागि अचार एवं तरकारी खान सकिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	साग
वैज्ञानिक नाम	<i>Brassica juncea</i>
जात	कालो पाते साग
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	१०० - १५० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - फागुन
हुलिया	पातका छेउछेउमा काला धर्सा देखिने, पात मध्यम खालको वा मार्फा चौडापातभन्दा सानो हुने, खानमा स्वादिष्ट हुने ।
विशेष गुणहरू	खान स्वादिलो, लामो समयसम्म तीतोपना नआउने, मल सहन सक्ने क्षमता भएको ।
प्रयोग	तरकारी र गुन्द्रुक बनाएर खानमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



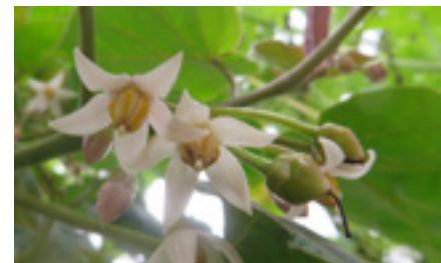
बाली	भण्टा
वैज्ञानिक नाम	<i>Solanum melongena</i>
जात	डल्ले भण्टा
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ३ केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - भदौ
हुलिया	बोट ३-४ फिट अग्लो र काँडा हुने, फल गोलाकार सेता रडको हुने, हल्का नीलो फुल फुल्ने, फल ठूलो तथा बाक्लो फल्ने । पात ठूलो र चुच्चा परेका हुने, डाँठमा भुस देखिने ।
विशेष गुणहरू	फल खाँदा स्वादिलो हुने, धेरै फल्ने हल्का तीतो हुने, चिसो सहन सक्ने, सुगर तथा प्रेसर भएका बिरामीहरूका लागि उपयोगी तरकारी ।
प्रयोग	ताजा तरकारी र सुकाएर पनि तरकारीको रूपमा प्रयोग गर्ने गर्न सकिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	गोलभेडा
वैज्ञानिक नाम	<i>Solanum lycopersicum</i>
जात	स्थानीय गोलभेडा
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १२०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ५ केजी प्रति बोट
बालीअवधि	वैशाख - मङ्सिर
हुलिया	बोट लहरा हुने र भ्रॉगिएर अग्लो हुने, पात साना र भुप्पामा फल्ने, फल सानो, शुरुमा हरियो हुने पहेँलो हुँदै जाने पछि रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	फल अमिलो र बोक्रा पातला हुने, अन्य विकासे जातका तुलनामा यो अति स्वादिष्ट र थोरै राख्दा पनि तरकारी चोपिलो हुने ।
प्रयोग	अचार र तरकारीमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	रुख गोलभेंडा
वैज्ञानिक नाम	<i>Solanum betaceum</i>
जात	रुख गोलभेंडा
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	३० - ४० केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - मङ्सिर
हुलिया	बोट ठूलो हुने, फल अण्डा आकारको हुने, फलको बाहिरी रङ बैजनी र भित्र पहेलो हुने, पाकेको फल पहेलो हुने भुप्पामा फल्ने, डाँठ तथा पातहरू नरम खालका हुने, पात गोलाकार चुच्चो परेको हुने ।
विशेष गुणहरू	खाँदा मीठो अमिलो, धेरै र लामो समयसम्म फल्ने, पाकेको फल पनि लामो समय राख्न सकिने, बजार मूल्य राम्रो भएको ।
प्रयोग	अचार खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	काँक्रो
वैज्ञानिक नाम	<i>Cucumis sativus</i>
जात	मादले काँक्रो
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५० - ६० के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - कात्तिक
हुलिया	फलको रङ हरियो, लाम्चो हुने, पाकेपछि गाढा पहेँलो बोक्रा चिरा परेको देखिने, पूर्ण पाकेको काँक्रो ५ -७ केजी.सम्मको हुने । अन्य जातका तुलनामा यसको फल ठूलो हुने तर भेट्नापट्टि केही सानो आकारको हुने र मादल जस्तो देखिने । फल हल्का कालो काँडा उठेको, फूल पहेलो, पात र डाँठ खस्रा हुने साथै बोट धेरै फैलिने ।
विशेष गुणहरू	मीठो र स्वादिलो हुने, गर्मी लागेको बेला पाकेको काँक्राभित्रको पानी खादा शीतल गराउने । विशेष गरी तीज तथा दशैं जस्ता चाडपर्वमा पाकेको काँक्राको अचार बनाएर खाने गरिने ।
प्रयोग	सलाद, पछिसम्म प्रयोग गर्नका लागि अचार बनाएर राख्न मिल्ने र तरकारी बनाएर पनि खान सकिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	काँक्रो
वैज्ञानिक नाम	<i>Cucumis sativus</i>
जात	खीर काँक्रो
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	प्रतिबोट ३० - ४० के.जी.
बालीअवधि	चैत - कात्तिक
हुलिया	फलको रङ सेतो हुने, पूर्ण पाकेको काँक्रो हल्का पहेँलो हुने, फलमा कालो काँडा उठेको, मध्यम साइज एकैनासको फल हुने, फूल पहेँलो, पात र डाँठ खस्रा हुने साथै मादले काक्रोका तुलनामा यसको भाल सानो हुने अन्य जातका तुलनामा भालमा बढी भुस हुने ।
विशेष गुणहरू	अन्य काँक्रोभन्दा मीठो, नरम र स्वादिलो हुने, बजारभाउ राम्रो भएको ।
प्रयोग	सलाद, अचार र तरकारी बनाएर खाने गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



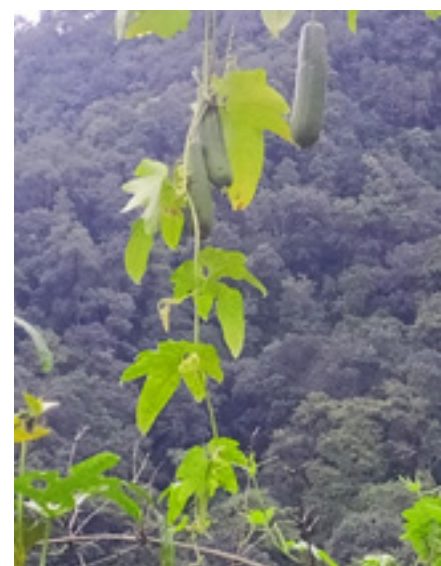
बाली	घिरौला
वैज्ञानिक नाम	<i>Luffa aegyptiaca</i>
जात	लामो घिरौला
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १४०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२० - ३० के. जी. प्रतीबोट
बालीअवधि	चैत - मङ्सिर
हुलिया	फूल ठूलो गाडा पहेंलो, पात चिल्ला तथा चुच्चा निस्केंका हुने, फल लामो, हरियो र पाकेपछि खैरो रङमा बदलिने, पाकेको फलमा भित्र जालो हुने र जालोभित्र काला बिँया हुने ।
विशेष गुणहरू	खान मीठो, नरम र चाँडो पाक्ने ,जुनसुकै बिरामीले पनी खान मिल्ने
प्रयोग	तरकारी खान, छिप्पिएको फलको जालो नुहाउन र भाडा माँभन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	घिरौला
वैज्ञानिक नाम	<i>Luffa aegyptiaca</i>
जात	छोटो घिरौला
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५० - ६० केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - मङ्सिर
हुलिया	फल हरियो, फूल पहेँलो र बोट भाँङ्गिने आँख्लापिच्छे फल्ने फल छोटो हेर्दा रेसा परेको देखीने, पात चुच्चा चुच्चा हुने, थाँका चाहिने ।
विशेष गुणहरू	नरम, छिटो पाक्ने र स्वादिलो हुने, चाँडो नछिप्पिने वा जालो नपस्ने, बढी फल्ने ।
प्रयोग	तरकारी खान र पाकेको फलको जालो नुहाउन तथा भाँडा धुन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	घिरौला
वैज्ञानिक नाम	<i>Luffa aegyptiaca</i>
जात	कालो घिरौला
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२० - ३० केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - मङ्सिर
हुलिया	फल गाढा हरियो, फूल पहेलो र बोट भाँडिने आँख्लापिच्छे फल्ने फल छोटो हेर्दा रेसा परेको देखिन्छ, पात चुच्चा-चुच्चा हुने, थाँका चाहिने ।
विशेष गुणहरू	नरम, छिटो पाक्ने र स्वादिलो हुने, चाँडो नछिपिने वा जालो नपस्ने, बढी फल्ने ।
प्रयोग	तरकारी खान र पाकेको फलको जालो नुहाउन तथा भाँडा धुन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	फर्सी
वैज्ञानिक नाम	<i>Cucurbita spp.</i>
जात	लाम्बो फर्सी
उपयुक्त क्षेत्र	८०० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१०० - २०० के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	वैशाख - मङ्सिर
हुलिया	फल लाम्बा सरलक्क परेका हुने, यसको भेट्नो दरो हुने, फूल ठूलो गाढा पहेंलो आकाशतिर फर्कने, लहरिएर भुइँमा वा कान्लामा हिड्ने, भौँगिने आख्लैपिच्छे जरा हाल्दै जाने, पात ठूलो खस्रो पातको डाँठ खोको हुने ।
विशेष गुणहरू	खान स्वादिलो, गर्मीको औषधी हुने, काट्दा नरम हुने, आँख्लै पिच्छे जति मलखाद व्यवस्थापन गर्न सक्यो त्यति फैलिने र उत्पादन दिने ।
प्रयोग	मुन्टा फल तरकारीका लागि प्रयोग गरिने र पाकेका फल उसिनेर खाजाको रूपमा प्रयोग गरिने, बियाँ भुटेर अचार बनाउन प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	फर्सी
वैज्ञानिक नाम	<i>Cucurbita spp.</i>
जात	डल्ले फर्सी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५० - ६० के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	फल चारपाटे डल्ला चिरा-चिरा परेको हुने, यसको भेट्नो दरो हुने, फूल ठूलो गाडा पहेंलो आकाशतिर फर्कने, लहरा टाढासम्म फैलिने, आख्लैपिच्छे जरा हाल्दै जाने, पात ठूलो खस्रो हुने पातको डाँठ खोको हुने, पाकेको फल काट्न सारो हुने चरक्क आवाज आउने ।
विशेष गुणहरू	खान स्वादिलो, उसिनेर खाँदा खरो फाल्ने, मल सहन सक्ने ।
प्रयोग	फल तथा मुन्टा तरकारी खान, पाकेको फल उसिनेर खाजाका रूपमा पनी प्रयोग गरिने, यसको बियाँ भुटेर खान तथा अचार बनाएर खाने र यसको सुप पनि बनाएर खाने गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	फर्सी
वैज्ञानिक नाम	<i>Cucurbita spp.</i>
जात	मादले फर्सी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१०० -२०० केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	फल ठूलो र मादल आकारको लामो हुने, पात तथा डाँठमा भुस हुने, पात ठूलो, लहरा जमिनमा फैलिएर जाने, आँखलैपिच्छे जरा हालेर जमिनबाट मल लिन सक्ने क्षमता, फूलको रङ गाढा पहेँलो र ठूलो आकारको हुने ।
विशेष गुणहरू	खान मीठो, छिटो पाक्ने, गर्मीको औषधि हुने ।
प्रयोग	मुन्टा तथा फललाई तरकारी बनाएर खानमा प्रयोग गरिने, पाकेको फर्सी उसिनेर खानाको रूपमा खाइने र आवश्यकता अनुसार सुप बनाएर पनि खान सकिने र यसको बीउ भुटेर अचारमा प्रयोग गर्न सकिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



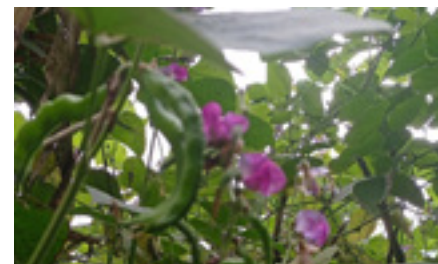
बाली	सिमी
वैज्ञानिक नाम	<i>Phaseolus spp.</i>
जात	सरादे सिमी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	३ - ४ केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	साउन - पुस
हुलिया	फूल सुरुमा सेतो पछि भर्ने बेलामा पहेलो हुने, कोसाको रङ हरियो र छोटो हुने, बढी उत्पादन दिने, पाकेपछि दाना रङ छिकेमिके हुने ।
विशेष गुणहरू	तरकारी स्वादिष्ट हुने, धेरै फल्ने दाल तथा सुपका रूपमा प्रयोग गरिने ।
प्रयोग	हरियो कोसाको तरकारी र पाकेको दानाको दाल खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	प्रशस्त



बाली	सिमी
वैज्ञानिक नाम	<i>Phaseolus spp.</i>
जात	हिउदे सिमी (सेतो)
उपयुक्त क्षेत्र	१००० -१५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२५ - ३० केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - पुस
हुलिया	फल हरियो र छोटो हुने, एकै ठाउँमा भुप्य भएर फल्ने, फूलको रङ सेतो र बीचमा हल्का गुलाबी, फल चाक्लो हुने, पाकेका दानाका बीचमा सेतो धर्सा हुने, बोट बढी भाँगिने, चिस्यान कायम राख्न सकेका खण्डमा बहुवर्षीय हुने ।
विशेष गुणहरू	तरकारी स्वादिष्ट, लामो समयसम्म उत्पादन दिने, बढी फल्ने, बजारभाउ राम्रो, अन्य तरकारीमा मिसाएर पकाउँदा पनि स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	कोसाको तरकारी र दानाको दाल खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	प्रशस्त



बाली	सिमी
वैज्ञानिक नाम	<i>Phaseolus spp.</i>
जात	हिउँदे प्याजी सिमी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० -१७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२५ - ३० केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - पुस
हुलिया	फल हरियो र छोटो हुने, फुलको रङ प्याजी हुने, एकै ठाउँमा भुष्प धेरै फल्ने, बोट भाँगिने र ठूलो हुने, लामो समयसम्म फलिरहने, चिस्यान कायम राख्न सकेका खण्डमा बाह्रमासे हुने ।
विशेष गुणहरू	तरकारी स्वादिलो हुने, एक वर्ष पुरानो भाँगमा छिटो फल्ने ।
प्रयोग	कोसाको तरकारी र दानाको दाल खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



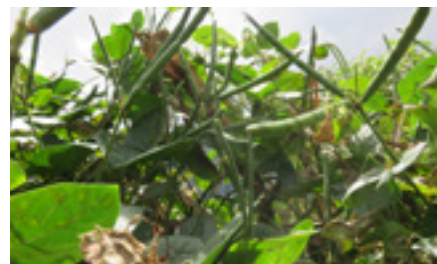
बाली	सिमी
वैज्ञानिक नाम	<i>Phaseolus spp.</i>
जात	खुकुरी सिमी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	असार - फागुन
हुलिया	गाढा प्याजी फूल फुल्ने, यसका कोसा हरिया लामो हुने, बोट लहरा हुँदै भाँगिने, पात नरम, डाँठको रङ पनि हल्का प्याजी हुने ।
विशेष गुणहरू	तरकारी खान स्वादिलो हुने, एक बोटले पनि धेरै उत्पादन दिन सक्ने ।
प्रयोग	हरिया कोसा तरकारी र पाकेका दाना दालमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	सिमी
वैज्ञानिक नाम	<i>Phaseolus spp.</i>
जात	काउसे सिमी
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ किलो कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - पुस
हुलिया	यसको बोट बढी भाँगिने, पात चिल्ला हुने, कोसा मोटा कडा बोक्रा हुने, कोसामा काला-काला भुस भएका हुनाले हातले छुँदा भुस टाँसिने, भित्र दाना सेता मोटा ४ देखि ५ वटासम्म हुने, यसको फूल प्याजी रङको हुने र भुप्पामा धेरै फल्ने ।
विशेष गुणहरू	दाना तथा बोक्रा खान मिल्ने धेरै फल्ने ।
प्रयोग	तरकारी र दालको रूपमा प्रयोग गरीने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	बोडी
वैज्ञानिक नाम	<i>Vigna unguiculata</i>
जात	कात्तिके बोडी
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ३ केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	भदौ - मङ्सिर
हुलिया	बोटको भौँङ्गिएर लामो भएर जाने, पाकेपछि कोसा पनि राता हुने र दाना पनि रातो हुने, पात नरम, चुच्चा परेका, दानाको साईज मध्यमखालको हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, स्वादिलो हुने
प्रयोग	कोसाको तरकारी खान र दानाको दाल बनएर खान प्रयोग गरिने
हालको अवस्था	उस्तै



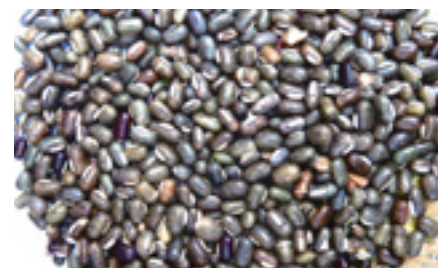
बाली	बोडी
वैज्ञानिक नाम	<i>Vigna unguiculata</i>
जात	बोसे बोडी
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ - ७ केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	भदौ - मङ्सिर
हुलिया	बोट लहरा भई भाँगिएर लामो भएर जाने, बाक्ला कमला बोक्रा हुने, दानाको रङ सेतो हुने, भुप्पामा फल्ने र यसको कोसा पनि लामो हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	कोसाको तरकारी र दानाको दाल बनएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उत्तै



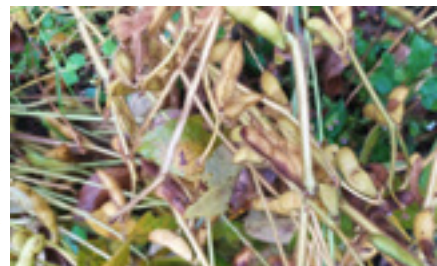
बाली	बोडी
वैज्ञानिक नाम	<i>Vigna unguiculata</i>
जात	मकै बोडी
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ३ केजी कोसा प्रतिबोट
बालीअवधि	भदौ - मङ्सिर
हुलिया	बोट लहरा भई भाँगिएर लामो भएर जाने, कोसा राता ढपका हुने, दाना पनि रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, स्वादिलो हुने र रोगकिरा सहन सक्ने क्षमता भएको ।
प्रयोग	कोसाको तरकारी र दानाको दाल बनएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



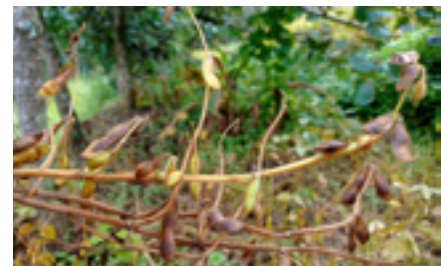
बाली	मस्याड
वैज्ञानिक नाम	<i>Vigna umbellata</i>
जात	स्थानीय मस्याड
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१ मुरी प्रतिरोपनी
बालीअवधि	फागुन - कार्तिक
हुलिया	बोट भांगिने, अग्लो हुने पहेलो फुल फुल्ने, पात सानो चिल्लो हुने, भुप्पा भुप्पामा कोसा फल्ने र दाना छिर्के मिर्के कालो रङको हुने ।
विशेष गुणहरू	हरियोमा कोसा खान मिल्ने, दानाको पछी दाल बनाएर वा दाना नै पकाएर खाईन्छ भने जाडो मौसममा यसको रस खान बढी उपयोगी हुने ।
प्रयोग	तरकारी, अचार तथा सुप बनाएर खाने गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	भटमास
वैज्ञानिक नाम	<i>Glycine max</i>
जात	सेतो भटमास
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	४० - ५० केजी प्रति रोपनी
बालीअवधि	असार - कात्तिक
हुलिया	बोट होचो हुने, कोसा पाकेपछि खैरो देखिने, दानाको रङ सेतो हुने, डाँठमा केही भुस हुने, पात लाम्चा, पात तथा डाँडको रङ सुरुमा हरियो तथा दाना पाक्ने बेलामा डाँठ पनि पहेँलो रङको हुँदै जाने, प्रायःएक कोसामा २ देखि ३ दाना लाग्ने गर्दछ ।
विशेष गुणहरू	बढी प्रोटीन युक्त हुने
प्रयोग	अन्य उत्पादनमा मिसाएर बच्चाहरूलाई लिटो बनाउने, तरकारी बनाउने, भुटेर खाने, चट्नी तथा अचार बनाएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	भटमास
वैज्ञानिक नाम	<i>Glycine max</i>
जात	खैरो भटमास
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० -१७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	६० - ७० के.जी प्रतिरोपनी
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट सेतो भटमासभन्दा केही अग्लो हुने, कोसा पाकेपछि खैरो, दानाको रङ खैरो, डाँठमा केही भुस हुने, पात लाम्चा, पात तथा डाँडको रङ सुरुमा हरियो तथा दाना पाक्ने बेलामा डाँठ पनि पहेलो रङको हुदै जाने, प्राय एक कोसामा २ देखि ३ दाना लाग्ने ।
विशेष गुणहरू	अन्य जातको तुलनामा धेरै फल्ने, दाना केहीठूला हुने ।
प्रयोग	अन्य उत्पादनमा मिसाएर बच्चाहरूलाई लिटो बनाउने, तरकारी बनाउने, भुटेर खाने, चट्नी तथा अचार बनाएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	भटमास
वैज्ञानिक नाम	<i>Glycine max</i>
जात	कालो भटमास
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	४० - ५० के.जी. प्रतिरोपनी
बालीअवधि	वैशाख - कात्तिक
हुलिया	बोट सानो, पात बाक्ला हुने, कोसा पाकेपछि खैरा तर दानाको रङ कालो हुने, यसको दाना केही साना हुने, डाँठमा केही भुस हुने, पात लाम्चा तथा डाँठको रङ सुरुमा हरियो तथा दाना पाक्ने बेलामा पहेलो रङको हुदै जाने ।
विशेष गुणहरू	स्वादिलो, बजारभाउ राम्रो
प्रयोग	अन्य उत्पादनमा मिसाएर बच्चाहरूलाई लिटो बनाउने, तरकारी बनाउने, भुटेर खाने, चट्नी तथा अचार बनाएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	बकुल्ला
वैज्ञानिक नाम	<i>Vicia faba</i>
जात	स्थानीय बकुल्ला
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ३ के.जी प्रतिबोट
बालीअवधि	भदौ - वैशाख
हुलिया	बोट हल्का सेतो हरियो रङको हुने, बोट तथा पात अति नरम तथा अग्ला हुने, डाँठ खोक्रो हुने, यसको फूल सेतो र वीचमा केही कालो देखिने, कोसा ठूलो तथा नरम, दाना ठूलो हुने ।
विशेष गुणहरू	बढी फल्ने, मल सहन सक्ने, खान मीठो हुने ।
प्रयोग	हरियामा यसको कोसा तथा दानाको तरकारी तथा पाकेको दानाको दाल खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्ययम



बाली	करेला
वैज्ञानिक नाम	<i>Cyclanthera pedata</i>
जात	चुच्चे करेला
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १६५० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२०० - ३०० के.जी प्रति भाँग
बालीअवधि	जेठ - कार्तिक
हुलिया	बोट अति भाँगिने, मसिना एवं नरम डाँठ तथा पात, फुलको रङ सेतो फलको टुप्पा चुच्चा परेका भएकाले चुच्चे करेला भन्ने गरिएको, फलमा काँडा हुने, पाकेपछि बियाँ कालो रङको हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, नरम र मीठो हुने, पकाउँदा चाँडो पाक्ने ।
प्रयोग	तरकारी खान प्रयोग गरिने, यसलाई सुकाएर राखेपछि बेमौसममा तरकारी खान प्रयोग गरिने । यसका बियाँलाई भुटेर अचार राखेपछि छोपको रूपमा खान पनि सकिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	स्कूस
वैज्ञानिक नाम	<i>Sechium edule</i>
जात	सेतो स्थानीय स्कूस
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	५०० - १००० दाना प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - मङ्सिर
हुलिया	फल डल्लो आकारको भेट्टनातिर सानो र फेदतिर मोटो, नरम सेतो हुने, पात फराकिला र अन्य जातकाभन्दा पात खस्रा हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, तरकारी स्वादिष्ट हुने पाकेपछि यसको तरकारी आलु जस्तो मीठो हुने
प्रयोग	तरकारी, अचार र उसिनेर खान प्रयोग गरिने, यसको मुन्टाको पनि तरकारी खान सकिने । यसको गानो तरुलको रूपमा उसिनेर खान सकिन्छ ।
हालको अवस्था	उस्तै



बाली	स्कुस
वैज्ञानिक नाम	<i>Sechium edule</i>
जात	हरियो काडे स्कुस
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५०० - १००० दाना प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - मङ्सिर
हुलिया	फलको रङ हरियो, पात चाक्लो तीन चोसा भएको, फूल सानो भुष्पामा सेतो रङको हुने, पात, डाँठ, तथा आँकुरा नरम हुने भएकाले छुने बित्तिकै भाँचिने, बोट ठूलो हुने, फलमा बाक्ला दरा काँडा हुने ।
विशेष गुणहरू	धेरै फल्ने, अन्य तरकारी नभएका बेलामा यसले छाक टार्न सजिलो हुने, अचार मीठो हुने ।
प्रयोग	फल र मुन्टाको तरकारी, फलको अचार र गानो उसिनेर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



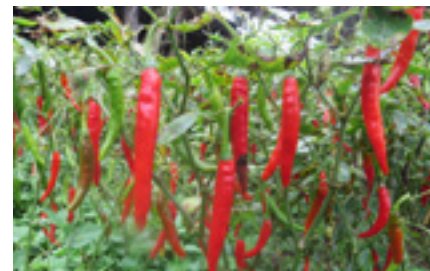
बाली	स्कुस
वैज्ञानिक नाम	<i>Sechium edule</i>
जात	काँडे स्कुस
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५०० - १००० दाना प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - मङ्सिर
हुलिया	फलको रङ हल्का हरियो, पात चाक्लो तीन चोसा भएको, फूल सानो भुप्पामा सेतो रङको हुने, पात, डाँठ, तथा आँकुरा नरम हुने भएकाले छुने बित्तिकै भाँचिने, बोट ठूलो हुने, फलमा बाक्ला तीखा तर नरम काँडा हुने ।
विशेष गुणहरू	उत्पादन धेरै हुने, अचार खान मीठो हुने ।
प्रयोग	फल तथा मुन्टाको तरकारी, फलको अचार र गानो उसिनेर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	स्कूस
वैज्ञानिक नाम	<i>Sechium edule</i>
जात	हरियो चिल्लो स्कूस
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	५०० - १००० दाना प्रतिबोट
बालीअवधि	जेठ - मङ्सिर
हुलिया	फलको रङ चिल्लो गाढा हरियो, पात चाकला तीन चोसा भएका, फूल सानो भुप्पामा सेतो रङको हुने, पात, डाँट, तथा आँकुरा नरम हुने भएकाले छुने बित्तिकै भाचिने, बोट ठूलो हुने ।
विशेष गुणहरू	अन्य जातभन्दा खान नरम र स्वादिलो, पानीको मात्रा बढी हुने र मल धेरै सहन सक्ने ।
प्रयोग	मुन्टा र फलको तरकारी, दानाको अचार तथा गानो उसिनेर खान सकिने गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



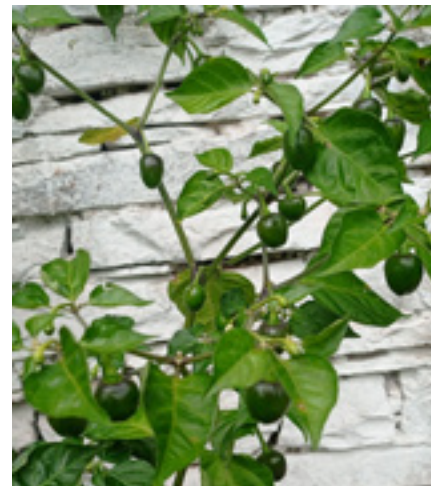
बाली	खुर्सानी
वैज्ञानिक नाम	<i>Capsicum frutescens</i>
जात	लाम्चो स्थानीय खुर्सानी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० -१५०० मी
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.० - १.५ के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	वैशाख - मङ्सिर
हुलिया	पात लाम्चा मसिनो हुने, फुलको रङ सेतो र सानो आकारको हुने, फल हरियो र पाकेपछि रातो, बोट ३-४ फिटसम्म अग्ला हुने र बाक्ला हाँगा हाल्ने ।
विशेष गुणहरू	कडा पीरो हुने, रोग सहने क्षमता भएको ।
प्रयोग	अचार र तरकारीमा मसलाको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	खुर्सानी
वैज्ञानिक नाम	<i>Capsicum frutescens</i>
जात	डल्ले खुर्सानी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १६५० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण- ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२ - ३ केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - कात्तिक
इलिया	फल डल्लो फल्ने, पात केही चौडा हुने, फल शुरूमा हरियो र पाकेपछि गाढा रातो हुने, फूलको रङ सेतो र सानो आकारको हुने ।
विशेष गुणहरू	बढी पीरो हुने, धेरै फल्ने एक बोट भयो भने सानो परिवार लाई वर्षभरि खान पुग्ने, चिस्यान कायम गर्न सकेको खण्डमा बहुवर्षीय हुने ।
प्रयोग	तरकारी तथा अचारमा प्रयोग गरिने, अचार बनाएर पछि खानका लागि पनि राख्न सकिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	खुर्सानी
वैज्ञानिक नाम	<i>Capsicum frutescens</i>
जात	अकबरे खुर्सानी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ - ७ केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	वैशाख - मङ्सिर
हुलिया	अन्य जातहरूभन्दा बोट अग्लो, हाँगा ठूलो, पात चौडा र ठूला हुने, फल पनि ठूलो गोलाकार हुने, फुलको रङ सेतो, फलको रङ सुरुमा हरियो र पाकेपछि रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	अकबरे खुर्सानीको बास्ना आउने पेट नपोल्ने विशेष गुण हुने, एक वर्ष लगाएपछि ३ देखि ४ वर्षसम्म पटक-पटक लगाईराख्न नपर्ने ।
प्रयोग	तरकारी तथा अचारमा प्रयोग गरिने साथै खाना खाने बेलामा काचो खुर्सानी टोक्न कार्यमा यस जातको बढी प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



बाली	लसुन
वैज्ञानिक नाम	<i>Allium sativum</i>
जात	स्थानीय चैते लसुन
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	भदौरे, अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - चैत
हुलिया	बोट सानो, डाँठ छोटो र पात लाम्चो हुने, पात छाम्दा नरम हुने, यसको गानो अन्य जातका तुलनामा केही सानो साथै पोटी पनि साना हुने । बोटको बीचबाट एउटा सिधा डाँठ जाने र फुल्ने, फुलको रङ सेतो हुने ।
विशेष गुणहरू	बढी पीरो हुने, बास्ना कडा आउने भएकाले थोरै राख्दा पनि तरकारी स्वादिलो हुने । विभिन्न प्रकारको रोगमा औषधिको रूपमा काम गर्दछ ।
प्रयोग	तरकारी र अचारमा मसलाको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



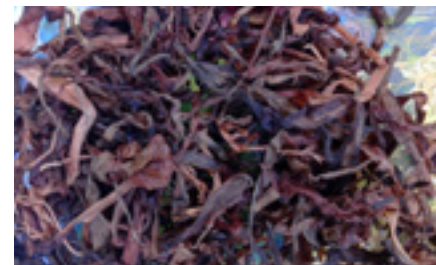
बाली	लसुन
वैज्ञानिक नाम	<i>Allium sativum</i>
जात	भोटे लसुन
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	२० - ३० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - पुस
हुलिया	अन्य जातका तुलनामा यसको बोट केही ठूलो र पात पनि चाकला र लाम्यो हुनेन्, बोटको उचाइ करिब २ फिटसम्म हुने, यसको गानो र पोटी पनि ठूलो हुने, बोटको बीचबाट एउटा सिधा डाँठ गएर र फुल्ने, फुलको रङ सेतो हुने ।
विशेष गुणहरू	पोटी ठूलो भएकाले तरकारीमा राख्ने बेला केलाउन सजिलो, थोरै पोटी राख्दा पनि हुने, उत्पादन बढी दिने र विभिन्न बिमारमा औषधिका रूपमा प्रयोग गर्न सकिने ।
प्रयोग	तरकारीमा मसला र औषधिको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	लसुन
वैज्ञानिक नाम	<i>Allium sativum</i>
जात	जेठे लसुन
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० - १८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - जेठ
हुलिया	पात साना लाम्बो र छाम्दा नरम हुने, बोटको उचाइ भोटे लसुन जत्रै हुने, गाना र पोटी पनि ठूला हुने, फुलको रङ सेतो हुने, बोटको बीचबाट एउटा डाँठ जाने र फुल्ने, फूलको रङ सेतो हुने ।
विशेष गुणहरू	गाना ठूलो हुने छोडाउन सजिलो हुनाका साथै र सबैले रुचाउँने ।
प्रयोग	तरकारीमा मसला र ओषधीको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	छ्यापि
वैज्ञानिक नाम	<i>Allium spp.</i>
जात	स्थानीय छ्यापी
उपयुक्त क्षेत्र	१२०० -१८०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ - १० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	भदौ - जेठ
हुलिया	पात गोलोकार र मसिनो लाम्चो, बोट होचो र बाक्लो पातहरू आउने, गानो रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	तरकारी स्वादिलो बनाउने ।
प्रयोग	तरकारी र दालमा जिम्मुको बदलामा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



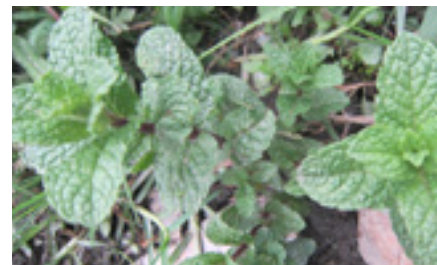
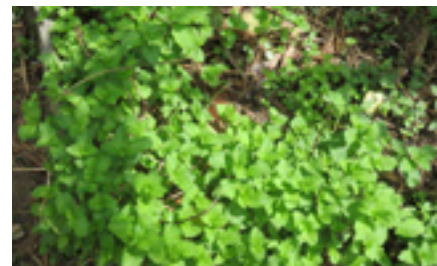
बाली	बेसार
वैज्ञानिक नाम	<i>Curcuma longa</i>
जात	स्थानीय बेसार
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१५ -२० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	फागुन - मङ्सिर
हुलिया	पात ठूला र लाम्चो हुने, गाना पहेँलो हुने, बोट ३-४ फिटसम्म अग्लो हुने ।
विशेष गुणहरू	थोरै बेसार भए पनि तरकारी पहेँलो बनाउने, सुक्खा मौसम भए पनि उत्पादन दिन सक्ने ।
प्रयोग	तरकारीमा मसलाको रूपमा, रङको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	अदुवा
वैज्ञानिक नाम	<i>Zingiber officinale</i>
जात	स्थानीय बोसे अदुवा
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१५ - २० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	फागुन - मङ्सिर
हुलिया	बोट ३ फिट अग्लो हुने, गानामा बढी नसा नहुने भाँच्दा पट्ट भाँचिने, उम्रने बित्तिकै राता-राता टुसा देखिने र पछि यसको डाँठ पात हरियो हुने, पात चाक्लो लाम्चो खालको हुने ।
विशेष गुणहरू	नसा नहुने भएको पिस्न सजिलो तथा स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	तरकारी र अचारमा मसलाको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



बाली	पुदिना
वैज्ञानिक नाम	<i>Mentha</i>
जात	स्थानीय पुदिना
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ - ७ केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	एक पटक सारेपछि निरन्तर भइरहने ।
हुलिया	बोट होचा भारहरू जस्तै हुने, चिस्यान भएका ठाउँमा निकै गाँज आउने, पात तथा मुन्टा नरम हुने, पातको किनारा तलमाथि उठेका हुने, बीच भागमा पनि चिरा-चिरा परेका साना-साना पिस जस्तो देखिने, यसको रङ गाढा हरियो हुने ।
विशेष गुणहरू	छोप बनाउन अति स्वादिलो, यसको छोपले खाना पचाउन सहयोग गर्दछ, एक पटक रोपे पछि सधैभरि उत्पादन लिन सकिने ।
प्रयोग	विशेष गरी अचार वा चट्नी बनाएर खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



बाली	बन धनिया
वैज्ञानिक नाम	<i>Eryngium foetidum</i>
जात	स्थानीय बन धनिया
उपयुक्त क्षेत्र	१५०० - २००० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	उत्पादन यकिन गर्न नसकिएको तर टिप्ने र तरकारीमा प्रयोग गर्ने ।
बालीअवधि	एक पटक सारे पछि निरन्तर भईरहने ।
हुलिया	बोट होचा फारहरू जस्तै हुने, चिस्यान भएको ठाउँमा निकै गाँज राख्दछ, यसको पातको छेउमा काँडाहरू निस्केको तथा नरम खालको हुने र यसको रङ गाढा हरियो हुने ।
विशेष गुणहरू	विभिन्न तरकारीहरूमा सुहाउने र स्वादिलो तथा बास्नादार बनाउन सहयोग गर्दछ, एकपटक लगाए पछि निरन्तर उत्पादन दिने ।
प्रयोग	विशेष गरी तरकारी तथा दालहरूमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



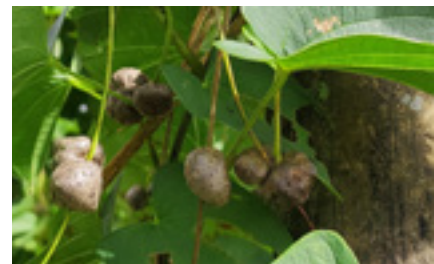
बाली	पिडालु
वैज्ञानिक नाम	<i>Colocasia spp.</i>
जात	लाहुरे पिडालु
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	३ - ४ के.जी प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - पुस
हुलिया	बोट अग्लो ६ फिटसम्म हुने, पात ठूलो र गानाको बाहिरी रङ खैरो तर भित्र सेतो हुने छाउरा ठूलो लाम्बा आकारको हुने, पात तथा डाँठ ठूलो र गाढा हरियो रङको हुने, बोट बढी गाँजिन्छ ।
विशेष गुणहरू	उसिनेर खान अति स्वादिलो, राम्रोसँग पाक्ने, लामो अवधिसम्म भण्डारण गर्न सकिने ।
प्रयोग	छाउरा तरकारी र दालमा मिसाएर वा उसिनेर खाजा वा खानाको रूपमा प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	मध्यम



बाली	पिडालु
वैज्ञानिक नाम	<i>Colocasia spp.</i>
जात	स्थानीय छाउरे पिडालु
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	०.५ - १ के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	चैत - मङ्सिर
हुलिया	पात ठूला, लाहुरे पिडालु भन्दा बोट सानो हुने, यसको गानो तथा छाउरा पनि साना हुने ।
विशेष गुणहरू	गानो, डाँठ, पात तथा छाउरा सबै खान मिल्ने र नरम हुने । गर्मी मौसममा सुकाएर राखेको तान्द्रे कर्कलोको प्रयोगले शितल गराउने तथा पेट दुखेको बेला यसको तरकारी उपयोगी हुने ।
प्रयोग	डाँठको तरकारी तथा अचार बनाउने, डाँठ चिरेर सुकाएर बेमौसमा खाने, मस्यौरा बनाउन प्रयोग गरिने, गाना तथा छाउराको तरकारी, दालमा मिसाउने, उसिनेर खाजाका रूपमा खान सकिने ।
हालको अवस्था	उस्तै



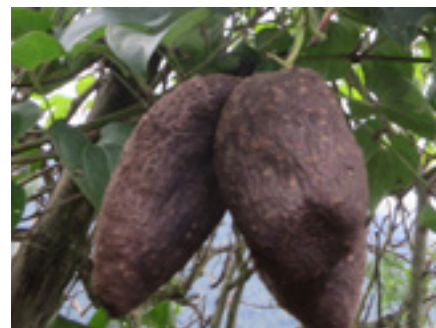
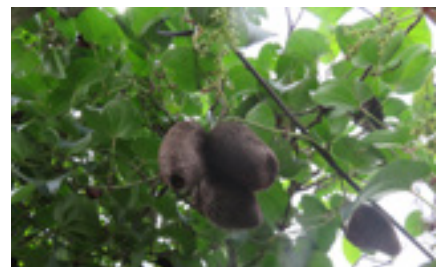
बाली	तरुल
वैज्ञानिक नाम	<i>Dioscorea spp.</i>
जात	वनतरुल
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	५ - ७ केजी प्रतिबोट
बालीअवधि	पुस - माघ
हुलिया	घर तरुलको भन्दा साना तर पानका पात जस्तो टुप्पामा चुच्चो परेका धेरै पात हुने, गानो सेतो र काँचोमा चिप्लो हुने, बोटमा बाक्ला तथा कालो रङको भतौरा फल्ने, लहरा रूख वा थाँक्राको निकै माथिसम्म जाने ।
विशेष गुणहरू	स्वाद्विष्ट र नरम हुने, बजारभाउ राम्रो, वर्त बस्नेहरूले पनि चोखो मानेर खान मिल्ने ।
प्रयोग	उसिनेर र तरकारी बनाएर खाने तर विशेष गरी पुस १५ र माघ १ गते उपभोग गर्ने चलन छ ।
हालको अवस्था	मध्यम



बाली	तरुल
वैज्ञानिक नाम	<i>Dioscorea spp.</i>
जात	पुतली तरुल
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	पुस - माघ
डुलिया	लहरा फैलिएर जाने, पात चिल्ला ठूला हुने, गाना पुतलीका आकारका हुने रङ सेतो चम्किलो र आकार डल्लो चारपाटे हुने ।
विशेष गुणहरू	स्वादिलो हुने
प्रयोग	तरकारी, उसिनेर फलाहारको रूपमा खान प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



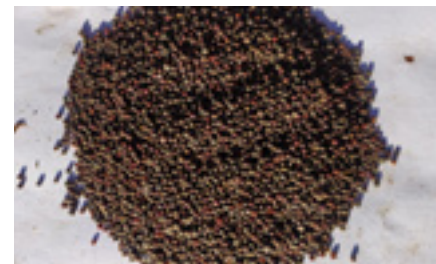
बाली	तरूल
वैज्ञानिक नाम	<i>Dioscorea spp.</i>
जात	जाँते तरूल
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१० - १५ के.जी. प्रतिबोट
बालीअवधि	पुस - माघ
हुलिया	लहरा फैलिएर जाने, पात लाम्चा आकारका ठूलो हुने, लहरामा हल्का काँडा हुने, डाँठ पनि राता हुने, यसको भतेउरा पनि जाँतो जस्तो चारपाटे हुने, धेरै फल लाग्ने तरूल जाँतो जस्तो भएर बस्ने ।
विशेष गुणहरू	खान स्वादिलो हुने, जातो जस्तो भएर माथि नै बस्ने धेरै गहिरो खन्न नपर्ने ।
प्रयोग	तरकारी, खाजा, चाडपर्वमा उसिनेर फलाहारका रूपमा गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो



बाली	सखरखण्ड
वैज्ञानिक नाम	<i>Ipomoea batatas</i>
जात	रातो सखरखण्ड
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १७०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३, कास्की
उत्पादकत्व	१५ - २० केजी प्रतिआना
बालीअवधि	फागुन - मङ्सिर
हुलिया	लहरा फैलिएर जाने, पात स-साना हुने, डाँठबाट भाँचिएको अवस्थामा दूध आउने, यसको फल वा गाना गाढा रातो हुने ।
विशेष गुणहरू	गाढा रातो भएकाले आइरन तत्व बढी, गुलियोको मात्रा कम, खान स्वादिलो हुने ।
प्रयोग	विशेष गरी चाडपर्व माघे सङ्क्रान्तिमा खाने चलन छ, अन्य धार्मिक कार्यमा पनि उपलब्ध भएसम्म फलाहारका रूपमा उपभोग गर्ने साथै उसिनेर खाजाको रूपमा खाने गरिने ।
हालको अवस्था	घट्दो



बाली	तोरी
वैज्ञानिक नाम	<i>Brassica spp.</i>
जात	स्थानीय तोरी
उपयुक्त क्षेत्र	१००० - १५०० मी.
पाइने स्थान	अन्नपूर्ण - ३ र ४, कास्की
उत्पादकत्व	१.५ देखि २ मुरी प्रतिरोपनी
बालीअवधि	कात्तिक - माघ
हुलिया	फल रातो र सानो हुने, बोट मध्यमखालको वा २ देखि ३ फिटसम्मको हुने, हाँगा हालेर बाक्ला कोसा लाग्ने, फूल पहेँलो हुने ।
विशेष गुणहरू	तेल बढी आउने, मल सहन सक्ने, पानी कम भए पनि उत्पादन दिन सक्ने ।
प्रयोग	कलिलो सागको तरकारी बनाएर खाने, तोरी पेलेर तेल बनाउने, दाना भुटेर छोपमा राख्ने, पिना पशुलाई खुवाउने तथा मलको रूपमा पनि प्रयोग गरिने ।
हालको अवस्था	बढ्दो







थप जानकारीका लागि सम्पर्क

जैविक विविधता, अनुसन्धान तथा
विकासका लागि स्थानीय पहल (ली-बर्ड)

प्रधान कार्यालय

पो. ब. नं. ३२४, पोखरा, कास्की

फोन : ०६१-५७६८३४, ५८५३५७

कार्यक्रम समन्वय कार्यालय

सानेपा, ललितपुर

फोन : ०१-५५४०३३०

इमेल : info@libird.org

वेब : www.libird.org



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Agency for Development
and Cooperation SDC



Brot
für die Welt

