



## ការប្រើប្រាស់គ្រាប់ពូជល្អ

### ហេតុអ្វីត្រូវប្រើប្រាស់គ្រាប់ពូជល្អ ?

ការប្រើប្រាស់គ្រាប់ពូជល្អ ធ្វើឲ្យយើងចំណាយគ្រាប់ពូជតិច ដំណុះនៅក្នុងស្រែខ្ពស់ (ជាង៧០ភាគរយ) កាត់បន្ថយការជួសឡើងវិញ ស្រូវដុះស្មើល្អ និងសន្ទុះលូតលាស់ខ្លាំងពេលចាប់ផ្តើមដាំដុះ អាចកាត់បន្ថយការដុះលូតលាស់របស់ស្មៅ ហើយបង្កើនភាពធន់ ទប់ទល់ទៅនឹងសត្វល្អិត និងជំងឺ ។ កត្តារួម ផ្សំទាំងនេះធ្វើឲ្យទិន្នផលស្រូវកើនឡើងពី៥ទៅ២០ភាគរយ ។

### អ្វីទៅជាគ្រាប់ពូជល្អ ?

គ្រាប់ពូជល្អជាភាពសុទ្ធរបស់ពូជ រាល់គ្រាប់ពូជទាំងអស់ ជាគ្រាប់ពូជតែមួយមិនមានលាយឡំជាមួយគ្រាប់ពូជផ្សេងទៀត គ្រាប់ពេញមានរូបរាងប៉ុនៗគ្នា ហើយមានលក្ខណៈដំណុះខ្ពស់ (អត្រាដំណុះខ្ពស់ជាង៨០ភាគរយ និងសំណាបលូតលាស់បានល្អ) ។ គ្រាប់ពូជល្អគួរតែបានបិទសញ្ញាឲ្យបានត្រឹមត្រូវ និងមិនមានគ្រាប់ស្មៅចូលលាយឡំ គ្រាប់ដែលមានជំងឺ ភ្នាក់ងារបង្កជំងឺ សត្វល្អិត ឬក៏សារធាតុលាយផ្សេងៗទៀត ។

### ការអុំស្រូវដើម្បីទទួលបានគ្រាប់ពូជល្អ

គ្រាប់ស្រូវដែលបានប្រមូលផលរួច មានលាយទៅដោយគ្រាប់ដែលមានទំហំខុសៗគ្នា និងសារធាតុដែលមិនមែនជាគ្រាប់ពូជ (គ្រាប់ស្មៅ និងសារធាតុផ្សេងៗ)។ គ្រាប់ពូជពេញល្អអាចត្រូវបានជ្រើសរើស តាមរយៈការអុំដោយប្រើខ្យល់ធម្មជាតិ ឬកង្ហារ ។ គ្រាប់ពូជដែលពេញល្អ ឬគ្រាប់ធ្ងន់ជាគ្រាប់ដែលស្ថិតនៅជិតផ្នែកនៃខ្យល់បក់ ។ ការអុំយកចេញផងដែរនូវគ្រាប់ស្មៅស្រាលៗ និងសារធាតុលាយផ្សំផ្សេងៗ ។

### ការសម្អាត និងការទុកដាក់គ្រាប់ពូជល្អ

បន្ទាប់ពីបានប្រមូលផលរួច យើងត្រូវធ្វើការរាយសំអាត ជ្រើសរើសគ្រាប់ពេញល្អ ញែកគ្រាប់ និងសម្អាតឲ្យដល់សំណើម១២ ទៅ១៤ ភាគរយ ។ ទុកដាក់ក្នុងធុងបិទជិតរហូតដល់រដូវដាំដុះ (គ្រាប់ពូជនៅតែមានគុណភាពល្អក្នុងរយៈពេល១ឆ្នាំ បើយើងទុកដាក់បានសមស្រប) ។ គ្រាប់ពូជដែលទុកដាក់នៅ

ក្នុងធុងបិទមិនជិត ធ្វើឲ្យគ្រាប់ពូជអាចស្រូបសំណើមពីខាងក្រៅ ជាហេតុបណ្តាលឲ្យគ្រាប់ពូជបាត់បង់ គុណភាពមុនពេលកំណត់(ឆាប់ខូច) ។

**ការធ្វើសាកល្បងដំណុះគ្រាប់ដើម្បីធានាពីគុណភាពគ្រាប់ពូជ**

- ជ្រើសរើសសំណាកតិចតួចមួយចំនួនដោយចៃដន្យពីគ្រាប់ដែលនឹងត្រូវយកទៅដាំដុះ ។ ច្របល់ សំណាកទាំងអស់នេះបញ្ចូលគ្នា បន្ទាប់មកត្រូវជ្រើសរើសចំនួន ២០០គ្រាប់ រួចត្រាំគ្រាប់ទាំងនេះ ក្នុងទឹករយៈពេល២៤ម៉ោង។
- រៀបចំគ្រាប់ដែលបានត្រាំនោះចំនួន១០០គ្រាប់ នៅក្នុងប្រដាប់គំរូដំណុះគ្រាប់ពីលើក្រណាត់ ឬ កន្សែងសើម ។ ដាក់ក្រដាសនៅពីលើប្រអប់ដែលបិទជិត ឬគ្របគ្រាប់ទាំងនោះដោយក្រណាត់ ឬ កន្សែងសើមផ្សេងទៀត រួចម្សៅ ហើយដាក់សំណាកនេះទៅក្នុងថង់ព្រាស្ទិក ។
- រក្សាក្រដាសឲ្យនៅសើមរហូត ប៉ុន្តែមិនឲ្យសើមពេកទេ (បើសើមពេកគ្រាប់នឹងរលួយ)
- ត្រូវរាប់គ្រាប់ពូជដែលដុះរៀងរាល់៣ថ្ងៃ និង៥ថ្ងៃក្រោយដំណុះ និងកត់ត្រាភាគរយដំណុះទាំង នោះ។ ចំពោះគ្រាប់ពូជល្អគួរតែមានដំណុះទាបបំផុត ៨០ភាគរយ ។

**ការសាកល្បងដំណុះដាក់ស្តែងក្នុងមន្ទីរពិសោធន៍**

ការសាកល្បងដំណុះ គឺត្រូវពិនិត្យដំណុះគ្រាប់នៅលើដីស្រែផងដែរ ដោយធ្វើលើសំណាកចំនួន ២ ដែលក្នុងមួយសំណាកៗមានចំនួន ១០០គ្រាប់ដាក់នៅក្នុងថាសដែលចាក់ដីស្រែបំពេញ ។ គ្របដី ពីលើគ្រាប់ពូជ (ប្រហែល ៥មីលីម៉ែត្រ) រក្សាភាពសើម និងរាប់ដំណុះគ្រាប់ក្រោយរយៈពេល ៧ថ្ងៃ ។ ចំពោះគ្រាប់ពូជល្អគួរតែមានដំណុះទាបបំផុតត្រឹម ៧០ភាគរយ ។ ចូរចាំថាជាធម្មតាគ្រាប់ពូជដែលធំជាង ដុះបានល្អជាងគ្រាប់ពូជតូចជាង។

**ការរៀបចំគ្រាប់ពូជសម្រាប់សាបព្រោះ**

ត្រាំគ្រាប់ពូជក្នុងទឹករយៈពេល១២ ទៅ២៤ម៉ោង មុនយកទៅសាបព្រោះក្នុងវាលស្រែ ។ ប្រសិនបើ យើងពន្យារពេលសាបព្រោះ គ្រាប់ពូជដែលបានត្រាំនោះត្រូវធ្វើការសម្ងាត់នៅក្នុងម្លប់ ហើយទុកដាក់រហូត ដល់ពេលយើងត្រូវដាំដុះនៅរដូវក្រោយទៀត ។ នៅក្នុងប្រទេសមួយចំនួន វិធីសាស្ត្រសំអាតគ្រាប់មួយ ចំនួនទៀតត្រូវបានគេប្រើម្តងម្កាលដែរ ដើម្បីជួយការពារគ្រាប់ពីជំងឺ និងបង្កើនកម្រិតនីត្រូសែនផងដែរ។ ចូរពិគ្រោះជាមួយអ្នកជំនាញការ ប្រសិនបើអ្នកចង់ដឹងថែមទៀតអំពីវិធីសាស្ត្រទាំងនេះ ។

**តើកសិករផលិតគ្រាប់ពូជល្អដោយខ្លួនឯងបានដោយរបៀបណា ?**

- ជ្រើសរើសដីស្រែដែលមានដីជាតិល្អ
- ប្រើគ្រាប់ពូជស្អាត ហើយមានគុណភាពល្អ
- ភ្ជួររាស់ ធ្វើឲ្យដីស្រែមានភក់ និងរាបស្មើល្អ ងាយស្រួលក្នុងការពិនិត្យស្មៅ និងការងារគ្រប់គ្រងទឹក

- ប្រសិនបើស្ទង់ នោះអាយុកាលសំណាបដែលមានសុខភាពល្អសមស្របគឺពី១៥ ទៅ២០ថ្ងៃ ដីស្រែស្អាតគ្មាន ដុះស្មៅ ដាំ២ដើមក្នុង១គុម្ព ដោយមានចន្លោះគុម្ព២២,៥សង់ទីម៉ែត្រ គុណនឹង ២២,៥សង់ទីម៉ែត្រ
- ផ្តល់ដីជាតិ (អិន ប៉េ កា )ឲ្យមានគុណភាពដូចដែលវាត្រូវការ
- មិនឲ្យមានស្មៅដុះនៅក្នុងស្រែ សត្វល្អិត និងជំងឺផ្សេងៗ
- នៅពេលស្រូវដើម និងចេញកូរអស់ ត្រូវកាត់ពូជលាយចេញ (ស្រូវណាដែលមានកម្ពស់ រូបរាង ពណ៌ និងពេលចេញកូរខុសពីគេ(មិនធម្មតា) ដើមអន់ ដើមដែលបានបំផ្លាញដោយសត្វល្អិត និងជំងឺផ្សេងៗ និងដើមដែលមានចង្កោមកូរប្រែពណ៌ត្រូវកាត់ចោល ។
- ប្រមូលផលនៅពេលដែលវាមានកម្រិតទុំពេញលេញ (ពេលដែលគ្រាប់ស្រូវទុំពី ៨០ទៅ៨៥ភាគរយឡើងពណ៌លឿង )
- បោក សំអាត សម្ងួត (ដល់សំណើម ១២ទៅ ១៤ភាគរយ) ញែក និងបិទផ្លាកសញ្ញាគ្រាប់ដែលបានប្រមូលផលរួច។
- ទុកដាក់គ្រាប់ពូជ ដែលបានបិទផ្លាកសញ្ញារួចក្នុងធុងស្អាត បិទជិត នៅក្នុងបន្ទប់ត្រជាក់ ស្ងួតស្អាត ។