پاکستان میں اگائی جانے والی
خوبانی کی اقسام

ڈاکٹر ثمر عباس نقوی، محمد وسیم،
سجاد احمد، محمد سلیمان حیدر
انسٹیٹیوٹ آف ہارٹیکلچرل سائنسز

جامعہ زرعیہ فیصل آباد
دفتر جامعہ کتب رسائل وجرائد،

زرعی یونیورسٹی فیصل آباد

Office of University Books & Magazines (OUBM)

Publisher: **Prof. Dr. Shahzad Maqsood Ahmed Basra**
Editorial Assistance: **Khalid Saleem Khan, Azmat Ali**
Designed by: **Muhammad Asif (University Artist)**
Composed by: **Muhammad Ismail, Muhammad Rizwan**

Price: Rs. 20/-

پاکستان میں اگائی جانے والی خوبانی کی اقسام

تعارف

خوبانی دنیا کے سرد پہاڑی علاقوں میں پیدا ہونیوالا تیسرا بڑا گٹھلی دار اور خوش ذائقہ پھل ہے۔خوبانی کا پکا ہوا پھل بے حد لذیذ اور فرحت بخش ہوتا ہے۔اپنی غذائیت اور قوت بخش ہونے کی وجہ سے یہ دنیا میں مشہور ہے۔اس کا نباتاتی نام پرونس آرمینی آکا ہے۔اس کا تعلق فیملی روزیسی سے ہے۔دنیا بھر میں اس کی بہت سی اقسام پائی جاتی ہیں۔پاکستان خوبانی کی پیداوار کے لحاظ سے دنیا کا چھٹا بڑا ملک ہے۔اس کا مقام پیدائش چائنا اور وسطی ایشیائی ممالک ہیں جبکہ پاکستان میں اس کی کاشت شمالی علاقہ جات (گلگت، سکردو اور ہنزا)، خیبر پختونخواہ (سوات، ہزارہ، دیامیر، پارہ چنار، ہنگو اور چترال)، پنجاب (فورٹ منرو، وادی جہلم) اور بلوچستان (قلعہ سیف اللہ، مسلم باغ، قلعہ عبداللہ اور چمن) کے پہاڑی علاقوں میں ہوتی ہے۔خوبانی کا پکا ہوا پھل پیلا یا ہلکا زرد ہوتا ہے۔یہ تازہ اور خشک دونوں صورتوں میں کھائی جاتی ہے۔تازہ اور خشک دونوں قسم کا پھل صحت کیلیے یکساں مفید ہے۔سرد ملکوں اور عرب ممالک میں سارا سال خشک خوبانی کا استعمال بہت زیادہ ہے۔

غذائی اہمیت

تازہ خوبانی میں قدرتی شکر، وٹامن (اے، سی، ای)، پوٹاشیم، کیلشیم، آئرن اور فاسفورس موجود ہوتے ہیں جبکہ خشک خوبانی میں بھی پروٹین، فاسفورس، معدنی نمکیات، چونے اور فولاد کے ساتھ ساتھ وٹامن بی کمپلیکس بھی موجود ہوتا ہے۔خوبانی سے حاصل ہونے والا بادام بھی انتہائی اہمیت کا حامل ہے۔اس کے بادام میں پروٹین اور چکنائی ہوتی ہے۔بادام سے حاصل ہونے والا تیل کھانا بنانے میں استعمال ہوتا ہے۔تیل میں وٹامن ای، فیٹ، فیٹی ایسڈز (لینولک ایسڈ اور اولیک ایسڈ) اور امیگڈیلن پائے جاتے ہیں۔اس کے علاوہ بادام میں سائیانائڈ پایا جاتا ہے جس کی وجہ سے بادام کا زیادہ استعمال صحت کے لیے مضر بھی ہوسکتا ہے۔

طبعی اہمیت

خوبانی کا استعمال نظام انہضام میں اچھے اثرات مرتب کرتا ہے۔خوبانی میں وٹامن سی ہونے کی وجہ سے اس

کا متواتر استعمال کینسر، دل کے عارضے، جلد کے امراض اور دمہ کے خلاف انتہائی مفید ہے۔خوبانی غذائی ریشہ سے مالا مال ہے جس کی وجہ سے یہ کم کیلوریز والا پھل ہے اس لیے یہ وزن کم کرنے کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔مزید غذائی ریشہ میٹا بولزم کو بڑھاتا ہے اور عمل انہضام کو بہتر کر کے قبض کو روکتا ہے۔خوبانی میں آئرن کی مقدار بہت زیادہ ہے جو خون کی تشکیل میں اہم کردار ادا کرتا ہے، خون کے بہاؤ میں بہتری لاتا ہے اور توانائی بڑھاتا ہے۔مزید یہ انیمیا سے بچانے کے لیے بھی مفید ہے۔وٹامن (اے، سی، ای) اور کیروٹینائڈز نظر کے مسائل کو کم کرتے ہیں۔خوبانی میں پوٹاشیم اور سوڈیم کی بھی اچھی مقدار پائی جاتی ہے اور یہ عضلاتی تناؤ میں اہم کردار ادا کرتی ہے۔خوبانی میں کیلشیم، مینگانیز، کاپر اور میگنیشیم شامل ہیں۔کیلشیم ہڈیوں اور دانتوں کے لئے ضروری ہے۔مینگانیز قوت مدافعت بڑھاتا ہے۔کاپر خون کے سرخ خلیوں کے لئے ضروری ہے۔میگنیشیم ہڈیوں کی افزائش کے لئے اہمیت کا حامل ہے۔اس کے علاوہ یہ معدے کی سوزش کو ختم کرتی ہے، پیاس بجھاتی اور طبیعت کو پرسکون کرتی ہے۔

1. مضحکی

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے کوشت ملخو میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سبزی مائل سفید ہوتا ہے اور شکل گول ہموار ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 39.8 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.48 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 35.02 سے 42.47 ملی میٹر اور چوڑائی 38.03 سے 44.49 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 9.13 سے 11.4 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج چپٹا ہوا ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 23.87 سے 23.71 ملی میٹر تک اور چوڑائی 17.16 سے 18.39 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.31 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 55.58 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھوسیانینز کی مقدار بالترتیب 15.91، 89.58 اور 0.073 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 79.76 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 12.26 اور 6.75 ملی گرام ہوتی ہے۔

2. افغانی

خوبانی کی یہ قسم بھی ضلع چترال کے علاقے کوشت ملخو میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ ہلکا پیلا اور شکل لمبوتری ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 25.25 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.92 گرام ہے

جبکہ پھل کی لمبائی 34.78 سے 38.22 ملی میٹر اور چوڑائی 31.48 سے 33.16 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 9.71 سے 10.2 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل لمبوتری ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 23.74 سے 24.11 ملی میٹر تک اور چوڑائی 16.62 سے 18.1 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 7.57 ملی گرام پر 100 گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 59.56 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھوسیانینز کی مقدار بالترتیب 24.37,44.91 اور 0.203 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 89.01 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 8.33 اور 3.42 ملی گرام ہوتی ہے۔

3. میحتری

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے کوشت ملخو میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سفید و سبز اور شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 20.82 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.17 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 33.7 سے 36.22 ملی میٹر اور چوڑائی 31.45 سے 32.09 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.47 سے 9.47 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل گول ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 23.48 سے 25.09 ملی میٹر تک اور چوڑائی 15.59 سے 17.23 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.27 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 64.50 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھوسیانینز کی مقدار بالترتیب 49.76,34.58 اور 0.197 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 74.27 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 4.66 اور 13.27 ملی گرام ہوتی ہے۔

4. قزانی

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کا پھل سنگترہ رنگ کا اور شکل لمبوتری ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 20.15 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.28 گرام ہے۔جبکہ پھل کی لمبائی 41.57 سے 46.63 ملی میٹر اور چوڑائی 36.36 سے 42.8 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.01 سے 8.96 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل بھی لمبوتری ہوتی ہے۔اس کے بیج کی

لمبائی 25.5 سے 29.67 ملی میٹر تک اور چوڑائی 17.77 سے 20.3 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 0 5 . 2 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 2 3 . 5 7 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھوسیانینز کی مقدار بالترتیب 40.17,33.98 اور 0.120 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 78.58 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 40.79 اور 44.53 ملی گرام ہوتی ہے۔

5. مرزابی بی

خوبانی کی یہ قسم بھی ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا اور شکل لمبوتری ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 23.09 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.86 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 49.16 سے 49.87 ملی میٹر اور چوڑائی 36.67 سے 37.08 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8 سے 10.39 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپٹی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 29.61 سے 36.53 ملی میٹر تک اور چوڑائی 17.58 سے 18.77 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.79 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 69.21 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھوسیانینز کی مقدار بالترتیب 20.56 ‘ 67.40 اور 0.393 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 81.29 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 31.02 اور 20.67 ملی گرام ہوتی ہے۔

6. مشحیتر

خوبانی کی یہ قسم بھی ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سرخ اور شکل پھیلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 12.32 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.63 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 27.12 سے 31.87 ملی میٹر اور چوڑائی 26.45 سے 32.27 ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 4.88 سے 6.77 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل گول ہموار ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 18.04 سے 19.3 ملی میٹر تک اور چوڑائی 14.19 سے 15.27 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 7.39 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 63.44 فیصد ہوتی ہے۔پھل

میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 11.28,28.84اور 0.06 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 69.22 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 7.60اور 3.95 ملی گرام ہوتی ہے۔

7. لوٹو ویئر سلیکشن

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا اور شکل گول ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 26.3 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.1 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 39.83 سے 42 ملی میٹر اور چوڑائی 31.48 سے 32.52 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.66 سے 8.68 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 29.35 سے 30.59 ملی میٹرتک اور چوڑائی 16.67 سے 17.55 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 2 . 8 9 ملی گرام ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 4 4 . 7 0 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈزاوراینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 13.65، 36.46اور 0.19 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 78.35 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 5.24اور 10.44 ملی گرام ہوتی ہے۔

8. گلگت سلیکشن

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا اور شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 22.03 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.01 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 37.55 سے 40.49 ملی میٹر اور چوڑائی 30.95 سے 32.78 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 7.82 سے 8.61 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 26.95 سے 28.21 ملی میٹرتک اور چوڑائی 15.03 سے 15.63 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 3.22 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 58.91 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 100.89,18.8 اور 0.220 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 76.24 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار

بالترتیب 1.71اور 1.59 ملی گرام ہوتی ہے۔

9. سلیکشن (GLC-08)

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ کافی ہلکا پیلا اور شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 32 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.17 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 4.62 سے 42.54 ملی میٹر اور چوڑائی 36.47 سے 39.21 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 10.21 سے 11.29 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 26.46 سے 27.26 ملی میٹرتک اور چوڑائی 17.01 سے 17.55 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 1.56 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 45.29 فیصد ہوتی ہے۔۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 24.6، 88.47 اور 0.137 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 72.72 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 15.69اور 14.45 ملی گرام ہوتی ہے۔

10. سلیکشن (KCC-01)

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے کرغ، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سبزی مائل سفید اور شکل گول ہموار ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 18.79 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.89 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 29.95 سے 30.23 ملی میٹر اور چوڑائی 29.21 سے 30.67 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 7.78 سے 9.15 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 20.93 سے 21.26 ملی میٹرتک اور چوڑائی 14.47 سے 17.01 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.29 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 55.20 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 24.67,20.14 اور 0.373 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 77.61 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 12.09 اور 22.63 ملی گرام ہوتی ہے۔

11. ایکوٹ

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے کرغ، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سنگترہ رنگ کا ہوتا ہے اور شکل گول ہموار ہوتی ہے۔ اس کے پھل کا اوسط وزن23.54 گرام ہے۔ اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 207 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی22 سے26.21 ملی میٹراور چوڑائی24.1 سے 25.73 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی5.83 سے6.67 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل لمبوتری ہوتی ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی17.15 سے20.22 ملی میٹرتک اور چوڑائی13.52 سے 15.07 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین2.40 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار76.35 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب17.59,27.84 اور0.090 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 74.44 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 30.26 اور27.93 ملی گرام ہوتی ہے۔

12. بیگالی

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے کرغ، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا اور شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن27.09 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.24 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی38.19 سے42.26 ملی میٹراور چوڑائی37.65 سے39.83 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی9.92 سے12.12 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل گول ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 24.7 سے 27.73 ملی میٹرتک اور چوڑائی17.57 سے 18.56 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین2 . 5 0 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار6 2 . 5 5 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 20.19,16.97 اور2.097 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 77.73 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 30.22 اور 21.50 ملی گرام ہوتی ہے۔

13. سلیکشن (LBC-01)

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے لوٹ ڈور، بونی میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سرخ وسفید

اور شکل گول ہموار ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 33.09 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن2.21 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی38.83 سے40.46 ملی میٹراور چوڑائی 38.56 سے40.15 ملی میٹرتک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 11.2 سے 12.12 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل چپٹی ہوئی ہوتی ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی22.27 سے 23.66 ملی میٹرتک اور چوڑائی 17.09 سے17.12 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین2.53 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار51.76 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں فلیونائڈز، کیروٹینائڈزاور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب14.74، 35.02 اور0.107 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 76.20 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 30.20 اور 24.24 ملی گرام ہوتی ہے۔

14. مرزا بیگی

یہ قسم بھی چترال کے علاقے لوٹ ڈور، بونی سے تعلق رکھتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا اور شکل گول ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل کا اوسط وزن 23.83 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن1.73 گرام ہوتا ہے جبکہ پھل کی لمبائی39.61 سے39.71 ملی میٹراور چوڑائی31.25 سے31.92 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 9.64 سے9.86 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی28.53 سے 30.67 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی15.78 سے15.83 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین3.24 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار66.51 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب18.96‘25.29 اور0.90 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار75.17 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب18.63 اور22.50 ملی گرام ہوتی ہے۔

15. قزاقی

یہ قسم چترال کے علاقے ریشن، بونی سے تعلق رکھتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ ہلکا سبز ہوتا ہے اور شکل تکون نما ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل کا اوسط وزن 38.22 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 3.31 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی37.88 سے 38.7 ملی میٹراور چوڑائی40.17 سے40.21 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی

9.18 سے 10.43 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کا بیج گول ہوتا ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی 24.74 سے 25.45 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 17.5 سے 18.42 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 4.91 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 63.09 فیصد ہوتی ہے۔ پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 20.94‘ 35.43 اور 0.177 ملی گرام ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 80.38 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 15.89 اور 27.51 ملی گرام ہوتی ہے۔

16. میکن

یہ قسم بھی چترال کے علاقے ریشن، بونی میں پائی جاتی ہے۔ اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے اور پھل کی شکل گول ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل کا اوسط وزن 12.94 گرام ہے۔ اس کی گٹھلی کا واوسط وزن 1.74 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 27.81 سے 30.09 ملی میٹر اور چوڑائی 29.71 سے 32.62 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کے گودے کی موٹائی 6.54 سے 7.02 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کا بیج گول ہوتا ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی 19.28 سے 21.18 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 15.85 سے 17.13 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.75 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 81.85 فیصد ہوتی ہے۔ پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 23.13‘ 54.69 اور 0.097 ملی گرام ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 73.33 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 37.75 اور 41.56 ملی گرام ہوتی ہے۔

17. شیگنین

یہ قسم بھی چترال کے علاقے ریشن، بونی میں پائی جاتی ہے۔ اس کے پھل کا رنگ سرخ ہوتا ہے اور شکل لمبوتری ہوتی ہے۔ اس کے پھل کا اوسط وزن 29.08 گرام ہے۔ اس کی گٹھلی کا وزن 1.5 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 33.54 سے 36.59 ملی میٹر اور چوڑائی 33.33 سے 33.92 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کے گودے کی موٹائی 8.53 سے 9.07 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کا بیج گول ہوتا ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی 21.53 سے 21.7 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 15.04 سے 15.93 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 7.33 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 53.56 فیصد ہوتی ہے۔ پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو

سیانینز کی مقدار بالترتیب 46.33، 34.54 اور 0.220 ملی گرام ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 73.03 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 9.01 اور 8.84 ملی گرام ہوتی ہے۔

18. سلیکشن (MWC-01)

یہ قسم چترال کے علاقے مُلکھو میں پائی جاتی ہے۔ اس کے پھل کا رنگ ہلکا سبز ہوتا ہے اور شکل لمبوتری ہوتی ہے۔ اس کے پھل کا اوسط وزن 21.93 گرام ہے۔ اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.03 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 40.53 سے 46.8 ملی میٹر اور چوڑائی 31.53 سے 39.34 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کے گودے کی موٹائی 9.59 سے 9.43 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کا بیج گول ہوتا ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی 28.32 سے 30.7 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 16.38 سے 18.59 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 23.42 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 90.46 فیصد ہوتی ہے۔ پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 44.37‘ 15.58 اور 0.077 ملی گرام ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 76.42 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 2.91 اور 2.32 ملی گرام ہوتی ہے۔

19. سلیکشن (PNG-01)

یہ قسم گلگت کے علاقے پسان نگر میں پائی جاتی ہے۔ اس کے پھل کا رنگ گہرا نارنجی ہوتا ہے اور شکل گول ہوتی ہے۔ اس کے پھل کا اوسط وزن 31.5 گرام ہے۔ اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.47 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 34.21 سے 40.29 ملی میٹر اور چوڑائی 34.6 سے 40.11 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کے گودے کی موٹائی 11.94 سے 12.84 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس کا بیج گول ہوتا ہے۔ اس کے بیج کی لمبائی 23.35 سے 25.87 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 16.89 سے 18.61 ملی میٹر ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں پروٹین 7.77 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 88.57 فیصد ہوتی ہے۔ پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 26.57‘ 64.84 اور 0.267 ملی گرام ہوتی ہے۔ اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 72.54 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 17.21 اور 35.22 ملی گرام ہوتی ہے۔

20. ہابی جوہ۔2

یہ قسم بھی گلگت کے علاقے سیان نگر میں پائی جاتی ہے۔ اس کے پھل کا رنگ ہلکا سبز ہوتا ہے اور شکل چپٹی ہوتی

ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 20.49 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.06 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 37.49 سے 39.6 ملی میٹر اور چوڑائی 34 سے 35.54 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 6.81 سے 7.83 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 22.43 سے 23.93 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 16.83 سے 18.63 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 3.05 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 76.18 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 24.60‘85.12 اور 0.240 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 79.50 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 8.54 اور 10.31 ملی گرام ہوتی ہے۔

21. سلیکشن (NHG-01)

یہ قسم گلگت کے علاقے ہنزہ نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ ہلکا سبز ہوتا ہے اور شکل تکون نما ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 24 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.92 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 34.31 سے 38.68 ملی میٹر اور چوڑائی 36.29 سے 36.38 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 7.19 سے 7.32 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 24.48 سے 26.32 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 17.37 سے 18.1 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 4.07 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 73.43 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 42.54,21.38 اور 0.147 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 85.47 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 17.34 اور 20.61 ملی گرام ہوتی ہے۔

22. سلیکشن (NHG-02)

یہ قسم گلگت کے علاقے ہنزہ نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے۔اس قسم کے پھل کی شکل تکون نما ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 34.94 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.67 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 36.58 سے 39.62 ملی میٹر اور چوڑائی 36.22 سے 38.73 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.68 سے 9.04 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 23.71 سے 24.5 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 18.53 سے 19.49 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 3.94 ملی

گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 62.61 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 20.26‘98.35 اور 0.220 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 76.47 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 10.85 اور 17.86 ملی گرام ہوتی ہے۔

23. سلیکشن (NHG-03)

یہ قسم بھی گلگت کے علاقے ہنزہ نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے۔اس قسم کے پھل کی شکل چپٹی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 31.43 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.13 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 33.53 سے 34.33 ملی میٹر اور چوڑائی 30.66 سے 32.18 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 6.01 سے 7.83 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 25.02 سے 25.33 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 15.71 سے 16 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 2.23 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 64.87 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 52.52,21.06 اور 0.173 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 77.26 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 19.30 اور 35.98 ملی گرام ہوتی ہے۔

24. سلیکشن (NHG-04)

یہ قسم گلگت کے علاقے ہنزہ نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے۔اس قسم کے پھل کی شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 29.84 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.74 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 36.33 سے 37.49 ملی میٹر اور چوڑائی 34 سے 35.54 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 6.61 سے 7.83 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی 22.43 سے 33.93 ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 16.83 سے 18.63 ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین 3.27 ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 71.80 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 26.57‘47.08 اور 0.220 ملی گرام ہوتی ہے۔اس قسم کے

پھل میں وٹامن سی کی مقدار80.66 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب33.21اور 24.22ملی گرام ہوتی ہے۔

25. سلیکشن (NHG-05)

یہ قسم گلگت کے علاقے ہنزہ نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے اور شکل چپٹی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 35.32 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.56 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 33.26 سے34.27ملی میٹر اور چوڑائی36.33 سے38.44ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.59سے8.82ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی25.32سے25.47ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی18.33سے19.47ملی میٹر ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین4.72ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار75.57 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب44.17، 4.75اور1.47 ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار91.20ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب15.27اور17.57ملی گرام ہوتی ہے۔

26. سلیکشن (GLC-07)

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ ہلکا پیلا اور شکل گول ہموار ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن31.04 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 2.06 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی40.55سے41.66ملی میٹر اور چوڑائی39.45 سے42.17ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی9.12سے10.22ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل پھیلی ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی لمبائی23.43سے24.77 ملی میٹر تک اور چوڑائی 1.45 سے 19.33 ملی میٹر ہوتی ہے۔

27. انڈہ خوبانی

خوبانی کی یہ قسم ضلع چترال کے علاقے گرین لشت، چرن میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ سفید اور شکل بیضوی ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن29.5 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن 1.89 گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی37.12 سے39.66ملی میٹر اور چوڑائی27.66 سے 28.12ملی میٹر تک ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی5.12 سے 6.22ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے بیج کی شکل گول ہوئی ہوتی ہے۔اس کے بیج کی

لمبائی 23.43 سے 24.09 ملی میٹر تک اور چوڑائی 14.03 سے 15.33 سینٹی میٹر ہوتی ہے۔

28. ہابی جوہ-01

یہ قسم بھی گلگت کے علاقے سیان نگر میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے اور شکل گول ہوتی ہے۔اس کے پھل کا اوسط وزن 27.75 گرام ہے۔اس کی گٹھلی کا اوسط وزن2.24گرام ہے جبکہ پھل کی لمبائی 34.63 سے 37.75 ملی میٹر اور چوڑائی33.57 سے35.67ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کے گودے کی موٹائی 8.78 سے 10.12ملی میٹر ہوتی ہے۔اس کا بیج گول ہوتا ہے۔اس کے بیج کی لمبائی25.68سے27.95ملی میٹر ہے جبکہ چوڑائی 18.25 سے19.97ملی میٹر ہوتی ہے۔

29. سفید خوبانی

یہ قسم گلگت کے علاقے نمل میں پائی جاتی ہے۔اس کے پھل کا رنگ پیلا ہوتا ہے اور شکل گول ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں پروٹین1.66ملی گرام ہوتی ہے جبکہ اینٹی آکسیڈینٹس کی مقدار 67.40 فیصد ہوتی ہے۔پھل میں موجود فلیونائڈز، کیروٹینائڈز اور اینتھو سیانینز کی مقدار بالترتیب 27.16، 95.37اور 0.20 ہوتی ہے۔اس قسم کے پھل میں وٹامن سی کی مقدار 87.95 ملی گرام پائی جاتی ہے جبکہ فرکٹوز اور گلوکوز کی مقدار بالترتیب 18.22 اور 11.18ملی گرام ہوتی ہے۔