FitJeevan

മലയാളം · പതിപ്പ് 4 · 2026

വീട്ടിലെ 50-100 ചതുരശ്ര അടി · മുറി, ടെറസ് അല്ലെങ്കിൽ മുറ്റം

ഭൂമിയില്ലാതെ വരുമാനം

6 ലാഭമുള്ള സംരംഭങ്ങൾ

വീട്ടിലെ 50-100 ചതുരശ്ര അടിയിൽ **6 സംരംഭങ്ങൾ** - സജ്ജീകരണം, ശരിയായ താപനില, ചെലവ്, എവിടെ വിൽക്കണം. കൂൺ, മൈക്രോഗ്രീൻസ്, അലങ്കാര മത്സ്യം, നഴ്സറി, മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റ് - പിന്നെ കുങ്കുമപ്പൂവിന്റെ മുഴുവൻ സത്യവും.


1. ചിപ്പിക്കൂൺ


3. മൈക്രോഗ്രീൻസ്


4. അലങ്കാര മത്സ്യം


5. തൈ നഴ്സറി


6. മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റ്

🌡️ ശരിയായ താപനില-ഈർപ്പം അളവുകൾ

🏠 സജ്ജീകരണത്തിന്റെ രൂപരേഖ

📸 ഓരോ ഘട്ടത്തിന്റെയും ചിത്രം

🌸 കുങ്കുമപ്പൂവ്: മുഴുവൻ രീതി + സത്യം

🛡️ തട്ടിപ്പുകളിൽ നിന്ന് രക്ഷ

രചയിതാവ്

വിവേക് കുമാർ

പ്രസാധകർ: ANSYS (FitJeevan)
fitjeevan.co.in

ഈ പുസ്തകത്തിൽ

17 സംരംഭങ്ങൾ പരിശോധിച്ചു · ലാഭമുള്ള 6 എണ്ണം നിലനിർത്തി · ഓരോന്നിനും 11 പേജ് · കുങ്കുമപ്പൂവിന് ഒരു മുഴുവൻ അധ്യായം

ഭാഗം 1 · ആദ്യം ബുദ്ധി, പിന്നെ പണം

ഈ പുസ്തകം നിങ്ങൾക്ക് നൽകുന്ന വാഗ്ദാനം 4

ഈ പുസ്തകം എങ്ങനെ വായിക്കാം 6

മനസ്സിന്റെ 6 കെണികൾ 8

വിലയുടെ ഏണി 9

17-ൽ 6 - ലാഭത്തിന്റെ ഉരകല്ല് 10

എന്തുകൊണ്ട് ഈ 6 - ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ 11

100 ചതുരശ്ര അടി എത്രയാണ് 12

ആദ്യം വാങ്ങുന്നവർ - 3-ന്റെ നിയമം 13

യഥാർത്ഥ ആളുകൾ, യഥാർത്ഥ പാഠങ്ങൾ 14

ഏത് സംരംഭം നിങ്ങൾക്ക്? (ടെസ്റ്റ്) 15

നിങ്ങളുടെ സാഹചര്യം → നിങ്ങളുടെ സംരംഭങ്ങൾ 16

സീസൺ കലണ്ടർ 17

എത്ര പണം മുടക്കണം 18

ഭാഗം 2 · ലാഭമുള്ള 6 സംരംഭങ്ങൾ



1. ചിപ്പിക്കൂൺ (ഓയിസ്റ്റർ കൂൺ) 20
★ തുടക്കക്കാർക്ക് ഏറ്റവും നല്ലത്



2. പാൽക്കൂൺ (മിൽക്കി കൂൺ) 32
✓ ചിപ്പിക്കൂണിനൊപ്പം നല്ല ജോടി



3. മൈക്രോഗ്രീൻസ് 43
✓ നഗരത്തിനടുത്താണെങ്കിൽ നല്ലത്



4. അലങ്കാര മത്സ്യം (അക്വേറിയം മീൻ) വളർത്തൽ 54
✓ യഥാർത്ഥ അധിക വരുമാനം



5. തൈ നഴ്സറി (പച്ചക്കറിത്തൈകൾ, ഇൻഡോർ ചെടികൾ) 65
✓ കുറഞ്ഞ റിസ്ക്, സ്ഥിരത



6. മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റ് (വെർമികമ്പോസ്റ്റ്) 76
◆ അധിക വരുമാനം / ചെലവ് ലാഭം

🚫 ഞങ്ങൾ ഒഴിവാക്കിയ 11 സംരംഭങ്ങൾ - എന്തുകൊണ്ട് 88

🌸 7. കുങ്കുമപ്പൂവ് - മുഴുവൻ രീതി, എവിടെ വിൽക്കാം, മുഴുവൻ സത്യവും (11 പേജ്) 90

ഭാഗം 3 · രേഖകൾ, സർക്കാർ, മാർക്കറ്റ്

FSSAI, GST, Udyam, ആദായ നികുതി 102

ഏത് ഉൽപ്പന്നത്തിന് ഏത് രേഖ 103

സർക്കാർ പദ്ധതികൾ 104

സബ്സിഡി യഥാർത്ഥത്തിൽ എങ്ങനെ കിട്ടുന്നു 105

ചെലവ് കുറഞ്ഞ/സൗജന്യ പരിശീലനം എവിടെ 106

ആർക്ക് വിൽക്കണം - സൂക്ഷിപ്പുകാലം അനുസരിച്ച് 107

വിൽപ്പന സംസാരം - തയ്യാറാക്കിയ വാചകങ്ങൾ 108

വില എങ്ങനെ നിശ്ചയിക്കാം, പാക്കിങ്-ലേബൽ 109

ഭാഗം 4 · തട്ടിപ്പിൽ നിന്ന് രക്ഷ

യഥാർത്ഥ തട്ടിപ്പുകൾ - കോടതിയും പോലീസും വരെ എത്തിയവ 111

15 അപായ സൂചനകൾ 112

പണം നൽകുന്നതിന് മുമ്പ് 10 ചോദ്യങ്ങൾ 113

ഭാഗം 5 · ഇന്നു തന്നെ തുടങ്ങാം

90 ദിവസത്തെ പ്ലാൻ 115

ചെലവ്-വരുമാന ഷീറ്റ് 116

എന്റെ വാങ്ങുന്നവരുടെ പട്ടിക 117

ദിവസ രജിസ്റ്റർ 118

12 തെറ്റിദ്ധാരണകൾ 119

പതിവ് ചോദ്യങ്ങൾ 120

ഉറവിടങ്ങൾ 121

അവസാന വാക്ക് 123

മനസ്സിന്റെ 6 കെണികൾ

"മാസം ലക്ഷങ്ങൾ" വീഡിയോകളും പരിശീലനങ്ങളും ഓടുന്നത് ഇവയിലാണ് - പഠിപ്പുള്ളവരിൽ പോലും

1. "ജയിച്ചവരെ മാത്രം കാണിക്കും"

വീഡിയോയിൽ വിജയിച്ച ആ ഒരാളെയാണ് കാണിക്കുന്നത്. നിശ്ശബ്ദമായി നിർത്തിപ്പോയ 20 പേരുടെ വീഡിയോ ആരും എടുക്കാറില്ല.

രക്ഷ: ചോദിക്കൂ: "നിങ്ങളോടൊപ്പം തുടങ്ങിയ 10 പേരിൽ എത്ര പേർ ഇന്നും വിൽക്കുന്നുണ്ട്?"

2. "കടയിലെ വില = എന്റെ വില"

കുങ്കുമപ്പൂവ് മെട്രോ നഗരങ്ങളിൽ ₹500-900/ഗ്രാമിന് വിൽക്കുന്നു, പക്ഷേ പാംപോറിലെ കർഷകന് കിട്ടുന്നത് ~₹250/ഗ്രാം. തേൻ ബ്രാൻഡ് കുപ്പിയിൽ വിലകൂടിയതാണ്, പക്ഷേ കച്ചവടക്കാരൻ നൽകുന്നത് ₹60-100/കിലോ.

രക്ഷ: ഓരോ സംരംഭത്തിലും "വിലയുടെ ഏണി" നോക്കൂ - നിങ്ങൾ തുടങ്ങുന്നത് ഏണിയുടെ ഏറ്റവും താഴെ നിന്നായിരിക്കും.

3. "സീറ്റ് കുറവാണ്, ഇന്നു തന്നെ ചേരൂ"

തിടുക്കത്തിൽ മനസ്സ് കണക്കിനെക്കാൾ ഭയത്തെയാണ് കേൾക്കുക - "അവസരം നഷ്ടപ്പെട്ടാലോ."

രക്ഷ: 48 മണിക്കൂർ നിയമം: ഏത് പണമടയ്ക്കലിനും മുമ്പ് 2 ദിവസം കാത്തിരിക്കൂ, KVK-യിൽ ഒരു ഫോൺ വിളിച്ച് ചോദിക്കൂ.

4. "ഗ്യാരന്റീഡ് ബൈ-ബാക്ക്"

കടക്നാഥ് തട്ടിപ്പിൽ (2019) കമ്പനി മുട്ടയും കോഴിയും തിരികെ വാങ്ങുമെന്ന് വാഗ്ദാനം ചെയ്തിരുന്നു - പക്ഷേ കമ്പനിക്ക് ഇറച്ചി വാങ്ങുന്ന ഒരാൾ പോലും ഇല്ലായിരുന്നുവെന്ന് പോലീസ് കണ്ടെത്തി.

രക്ഷ: ചോദിക്കൂ: "ഞങ്ങളുടെ ഉൽപ്പന്നം നിങ്ങൾ ആർക്കാണ് മറിച്ചു വിൽക്കുന്നത്? അവരുടെ പേരും GST ബില്ലും കാണിക്കൂ."

5. "സർക്കാരിന്റേതെന്ന് തോന്നിപ്പിക്കൽ"

ബാനറിൽ ICAR, "സബ്സിഡി", "മിഷൻ", സർക്കാർ ലോഗോ - ഇതുകൊണ്ട് വിശ്വാസം താനേ ഉണ്ടാകും. ഛത്തീസ്ഗഢിലെ "നമോ അഗ്രികൾച്ചർ" കേസിൽ "60% സബ്സിഡി"യുടെ പേരിലാണ് പണം വാങ്ങിയത്.

രക്ഷ: സ്ഥാപനത്തിന്റെ യഥാർത്ഥ വെബ്സൈറ്റിൽ നിന്ന് നിങ്ങൾ തന്നെ നമ്പർ എടുത്ത് വിളിക്കൂ - അവർ തന്ന നമ്പറിലല്ല.

6. "ഇത്രയും മുടക്കിപ്പോയി, ഇനി എങ്ങനെ ഉപേക്ഷിക്കും"

നഷ്ടം കണ്ടാലും ആളുകൾ വീണ്ടും പണം ഇറക്കും, മുമ്പ് മുടക്കിയത് "വെറുതെയായി" എന്ന് തോന്നാതിരിക്കാൻ.

രക്ഷ: തുടങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് "നിർത്തേണ്ട വര" എഴുതിവെക്കൂ: "2 ബാച്ചിൽ 3 ഉറച്ച വാങ്ങുന്നവരെ കിട്ടിയില്ലെങ്കിൽ ഞാൻ നിർത്തും."

🧠 ഇത് അറിയേണ്ടത് എന്തുകൊണ്ട്?

ഈ കെണികൾ നിങ്ങളുടെ ബലഹീനതയല്ല, **ഓരോ മനുഷ്യമനസ്സിന്റെയും ഘടനയാണ്**. ഇവയിൽ നിന്ന് രക്ഷപ്പെടാനുള്ള വഴി "കൂടുതൽ മിടുക്ക്" കാട്ടലല്ല, **മുൻകൂട്ടി എഴുതിവെച്ച നിയമങ്ങളാണ്** - ആവേശത്തിന്റെ സമയത്തല്ല, ശാന്തമായ സമയത്ത് നിങ്ങൾ തീരുമാനിക്കുന്നവ. ഈ പുസ്തകത്തിലെ ഓരോ അധ്യായത്തിലും ഒരു കള്ളി ("പതിവായി കേൾക്കുന്നത് / കണക്കുകൾ പറയുന്നത്") ഉള്ളത് അതുകൊണ്ടാണ്.

17-ൽ 6 - ലാഭത്തിന്റെ ഉരകല്ല്

ഓരോ സംരംഭത്തെയും 5 ചോദ്യങ്ങളിൽ പരിശോധിച്ചു. നിയമം: **B (ലാഭക്കണക്ക്) പാസാകണം, 5-ൽ കുറഞ്ഞത് 4 ✅ വേണം**

A = ആദ്യ വിൽപ്പന 3 മാസത്തിനുള്ളിൽ **B** = 100 ചതുരശ്ര അടിയിൽ ചെലവിനേക്കാൾ കൂടുതൽ വിൽപ്പന - ഉറവിടം ആധാരമാക്കിയ കണക്ക് **C** = ₹60,000-ൽ താഴെ തുടക്കം **D** = വാങ്ങുന്നവരിലേക്ക് നേരിട്ടുള്ള വഴി **E** = വലിയ റിസ്ക് ഇല്ല (ഭക്ഷ്യസുരക്ഷ/വൈദ്യുതി/ലാബ്)

സംരംഭം	A	B	C	D	E	തീരുമാനം
🍄 ചിപ്പിക്കൂൺ	✅	✅	✅	✅	✅	നിലനിർത്തി
🥛 പാൽക്കൂൺ	✅	✅	✅	✅	🟡	നിലനിർത്തി
🌱 മൈക്രോഗ്രീൻസ്	✅	✅	✅	🟡	✅	നിലനിർത്തി
🐠 അലങ്കാര മത്സ്യം	✅	✅	✅	✅	🟡	നിലനിർത്തി
🪴 തൈ നഴ്സറി	✅	✅	✅	✅	✅	നിലനിർത്തി
🪱 മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റ്	✅	🟡	✅	🟡	✅	നിലനിർത്തി
⚪ ബട്ടൺ കൂൺ	✅	❌	❌	✅	❌	ഒഴിവാക്കി
🧫 കൂൺവിത്ത് ലാബ്	✅	❌	❌	🟡	❌	ഒഴിവാക്കി
💧 ഹൈഡ്രോപോണിക്സ്	🟡	❌	✅	🟡	❌	ഒഴിവാക്കി
🫘 മുളപ്പിച്ച പയർ	✅	❌	✅	🟡	❌	ഒഴിവാക്കി
🌿 അസോള	✅	❌	✅	❌	✅	ഒഴിവാക്കി
🧪 സ്പിരുലിന	🟡	❌	🟡	❌	❌	ഒഴിവാക്കി
🐝 തേനീച്ച	🟡	❌	✅	🟡	🟡	ഒഴിവാക്കി
🌳 ബോൺസായ്	❌	❌	✅	🟡	✅	ഒഴിവാക്കി
🌸 ഇൻഡോർ കുങ്കുമപ്പൂവ്	❌	❌	❌	❌	❌	ഒഴിവാക്കി
🦪 മുത്ത്	❌	🟡	🟡	❌	❌	ഒഴിവാക്കി

✅ പാസ് · 🟡 നിബന്ധനയോടെ · ❌ ഫെയിൽ. മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റിന്റെ B പാസാകുന്നത് ചാണകം/മാലിന്യം സ്വന്തമായുള്ളപ്പോൾ മാത്രം; മൈക്രോഗ്രീൻസിന്റെ D വലിയ നഗരങ്ങളിൽ; മത്സ്യത്തിന്റെയും പാൽക്കൂണിന്റെയും E ചൂടിലും തണുപ്പിലുമുള്ള പരിചരണത്തിലൂടെ. ഗോതമ്പുപുല്ല് വേറെയല്ല - മൈക്രോഗ്രീൻസിനൊപ്പം ചേർത്തു. മുഴുവൻ കാരണവും അടുത്ത പേജിൽ.



ചിത്രം: പ്രതീകാത്മകം (AI)

★ തുടക്കക്കാർക്ക് ഏറ്റവും നല്ലത്

അധ്യായം 1 · OYSTER MUSHROOM

ചിപ്പിക്കൂൺ (ഓയിസ്റ്റർ കൂൺ)

1

മുറിയിൽ ചെയ്യാവുന്ന ഏറ്റവും വിശ്വസനീയമായ സംരംഭം - വാങ്ങുന്നവരെ മുൻകൂട്ടി ഉറപ്പിച്ചാൽ

സ്ഥലം 📐
50 ചതുരശ്ര അടിയിൽ ~60-100 ബാഗ്, 100-ൽ ~150-250 ബാഗ്

തുടക്കച്ചെലവ് 💰
₹15,000-60,000 (റാക്ക്, വല, ഡ്രം മുതലായവ)

ആദ്യ വിളവെടുപ്പ് ⏱️
കൂൺവിത്ത് ഇട്ട് ~20-31 ദിവസം കഴിഞ്ഞ്

ഒരു ബാഗിൽ നിന്ന് 🔁
3 വിളവെടുപ്പ്, 7-10 ദിവസത്തെ ഇടവേളയിൽ

വിളവ് ⚖️
ബാഗൊന്നിന് ~0.7-1 കിലോ (5 കിലോ നനഞ്ഞ വൈക്കോൽ)

വില 🏷️
മൊത്തച്ചന്ത ₹40-160/കിലോ · ICAR കൗണ്ടർ ₹100-150

💰 ഞങ്ങൾ ഇത് ഉൾപ്പെടുത്തിയത് എന്തുകൊണ്ട്

സർക്കാർ (ICAR-DMR) സാങ്കേതികവിദ്യ, 20-31 ദിവസത്തിൽ ആദ്യ വിളവെടുപ്പ്, ₹15,000 മുതൽ തുടങ്ങാം, കൂടാതെ ഗയയിൽ (ബിഹാർ) ശരാശരി ലാഭം ~₹65/കിലോ എന്ന് NABARD രേഖപ്പെടുത്തി.

📖 ഈ അധ്യായത്തിൽ

- 🎯 മീറ്റർ, സാരം, ആർക്കൊക്കെ പറ്റും — 21
- 🏠 സജ്ജീകരണത്തിന്റെ രൂപരേഖ — 22
- 📸 ചിത്രങ്ങളിലൂടെ രീതി — 23
- 🛠️ ഘട്ടം ഘട്ടമായി — 24
- 🌡️ താപനില-ഈർപ്പം ഗേജ് — 25
- 📊 ലാഭം, രണ്ട് വലുപ്പം — 26
- 💸 പണത്തിന്റെ യാത്ര + വിൽപ്പനയുടെ മാപ്പ് — 27
- 🩺 പ്രശ്നം → പരിഹാരം — 28
- 🚀 കൂടുതൽ ലാഭം, ദിനചര്യ — 29
- 🍄 വിൽക്കാൻ 8 വഴികൾ — 30
- 🚨 തട്ടിപ്പ്, സഹായം, പരീക്ഷണ പ്ലാൻ — 31

📊 ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ

വരുമാന സാധ്യത	●●●○○
പണം നഷ്ടപ്പെടാനുള്ള റിസ്ക്	●●○○○
ദിവസേനയുള്ള അധ്വാനം	●●●○○
വിൽക്കാൻ എത്ര പ്രയാസം	●●●●○

5-ൽ · ഞങ്ങളുടെ അഭിപ്രായം, കണക്കുകളുടെ അടിസ്ഥാനത്തിൽ

📺 പലപ്പോഴും കേൾക്കുന്നത്

"ഒരു മുറിയിൽ നിന്ന് മാസം ₹1 ലക്ഷം"

📊 കണക്കുകൾ പറയുന്നത്

100 ചതുരശ്ര അടിയിൽ നിന്ന് ഒരു ബാച്ചിൽ (45-60 ദിവസം) ഏകദേശം ₹10,000-18,000-ന്റെ വിൽപ്പന - ചെലവ് കുറയ്ക്കുന്നതിന് മുമ്പ്. ഇതൊരു സൈഡ് വരുമാനമാണ്, ജോലിക്ക് പകരമല്ല.

✅ തുടങ്ങുന്നതിന് മുമ്പ് - സത്യസന്ധമായി ✔ ഇടുക

- ☐ ഈ സ്ഥലം "ആർക്കൊക്കെ പറ്റും" എന്ന പട്ടികയുമായി ചേരുന്നു
- ☐ എനിക്ക് ദിവസവും സമയമുണ്ട്
- ☐ 3 ഉറപ്പുള്ള വാങ്ങുന്നവർ (അല്ലെങ്കിൽ അവരുമായി സംസാരം തുടങ്ങി)
- ☐ ആദ്യ പരീക്ഷണം സമ്പാദ്യത്തിൽ നിന്ന്, കടം വാങ്ങിയല്ല
- ☐ സൗജന്യ/ചെലവു കുറഞ്ഞ പരിശീലനം (KVK/ICAR) എവിടെയെന്ന് അറിയാം
- ☐ "നിർത്തേണ്ട വര" എഴുതിവെച്ചു

⏱ സമയരേഖ - ആദ്യ ദിവസം മുതൽ വിൽപ്പന വരെ

ദിവസം 0	1-10	10-12	20-31	+7-10	+7-10	45-60
ബാഗ് നിറയ്ക്കൽ	ഇരുട്ടിൽ പടരൽ	പിന്നുകൾ കാണുന്നു	ആദ്യ വിളവെടുപ്പ്	രണ്ടാമത്തേത്	മൂന്നാമത്തേത്	ബാഗ് മാറ്റുക, അടുത്ത ബാച്ച്

⭐ ഈ സംരംഭത്തിന്റെ സാരം - ഓർക്കേണ്ട 5 കാര്യങ്ങൾ

1. ഇനം കാലാവസ്ഥ നോക്കി തിരഞ്ഞെടുക്കുക - ഇതാണ് ഏറ്റവും വലിയ വിജയം
2. ആദ്യം 3 ഉറപ്പുള്ള വാങ്ങുന്നവർ (ഹോട്ടലുകൾ, പച്ചക്കറിക്കച്ചവടക്കാർ, റെസിഡന്റ്സ് അസോസിയേഷനുകൾ)
3. സജ്ജീകരണം ചെലവു കുറച്ച് - മുളകൊണ്ടുള്ള റാക്കുകൾ, ഏകദേശം ₹15,000
4. കാറ്റോട്ടം, ഈർപ്പം 80-85%, ഈച്ചവല - ദിവസേനയുള്ള ശീലം
5. ബാക്കി വന്ന കൂൺ: ഉണക്കുക/അച്ചാർ; ബാക്കി വൈക്കോൽ: മണ്ണിര കമ്പോസ്റ്റ്

👍 ആർക്കൊക്കെ പറ്റും

- തണലും കാറ്റുമുള്ള ഒരു മുറി/ഷെഡ് ഉള്ളവർ
- ദിവസവും രാവിലെ-വൈകിട്ട് 1 മണിക്കൂർ നൽകാൻ കഴിയുന്നവർ
- അടുത്ത് ഹോട്ടലുകൾ, തട്ടുകടകൾ, പച്ചക്കറിക്കച്ചവടക്കാർ അല്ലെങ്കിൽ റെസിഡന്റ്സ് അസോസിയേഷനുകൾ ഉള്ളവർ
- തണുപ്പുകാലത്തോ വസന്തകാലത്തോ തുടങ്ങാൻ കഴിയുന്നവർ

👎 ആർക്കൊക്കെ പറ്റില്ല

- വേനലിൽ മുറിയിലെ ചൂട് 35°C-ന് മുകളിൽ പോകുന്ന, AC ഇല്ലാത്തവർ
- സ്വന്തം പ്രദേശത്ത് ആരും കൂൺ കഴിക്കാത്തവർ
- വിളവ് ദിവസവും പുറത്തുപോയി വിൽക്കാൻ കഴിയാത്തവർ

🏠 നിങ്ങളുടെ സജ്ജീകരണം - ഇങ്ങനെയിരിക്കും

നമ്പർ നോക്കുക, താഴെ അതിന്റെ അർത്ഥം വായിക്കുക. (ചിത്രം AI നിർമ്മിതം, പ്രതീകാത്മകം)



1. മുളകൊണ്ടുള്ള റാക്കുകൾ, 4-5 തട്ട് - ഉയരം തന്നെയാണ് യഥാർത്ഥ ഭൂമി
2. വൈക്കോലും കൂൺവിത്തും നിറച്ച ബാഗുകൾ (~5 കിലോ നനഞ്ഞ വൈക്കോൽ)
3. നടുവിൽ നടക്കാനുള്ള വഴി
4. എക്സോസ്റ്റ് ഫാൻ - CO_2 പുറത്തേക്ക്, ശുദ്ധവായു അകത്തേക്ക്
5. ജനലിൽ നേർത്ത വല - ഈച്ചകൾ പുറത്ത്
6. തെർമോമീറ്റർ-ഹൈഗ്രോമീറ്റർ - ദിവസവും നോക്കുക
7. നനഞ്ഞ ചാക്ക് - ഈർപ്പം കൂട്ടാനുള്ള ചെലവു കുറഞ്ഞ വഴി
8. കൈ സ്പ്രേയർ - വെള്ളം ചുമരിലും തറയിലും
9. വൈക്കോൽ കുതിർക്കാനും പാസ്ചറൈസ് ചെയ്യാനുമുള്ള ഡ്രം

📸 ചിത്രങ്ങളിലൂടെ മുഴുവൻ രീതി



↖️ മുകളിൽ ഇടത്
വൈക്കോൽ കുതിർക്കൽ-പാസ്ചറൈസ്

↗️ മുകളിൽ വലത്
ബാഗിൽ വൈക്കോലും കൂൺവിത്തും അടുക്കുകളായി

↙️ താഴെ ഇടത്
ഇരുട്ടിൽ വെളുത്ത നൂലുകൾ (മൈസീലിയം)

↘️ താഴെ വലത്
വിളവെടുപ്പ്

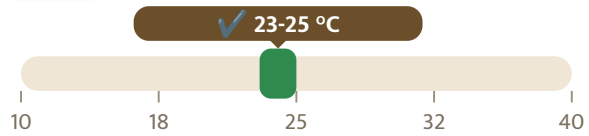
ചിത്രങ്ങൾ കാര്യം മനസ്സിലാക്കാനായി AI ഉപയോഗിച്ച് ഉണ്ടാക്കിയതാണ് - യഥാർത്ഥ രീതി അടുത്ത പേജിലെ ഘട്ടങ്ങളിൽ.

ശരിയായ അന്തരീക്ഷം - പച്ച ഭാഗം = ശരി

ഓരോ ഗേജിലെയും പച്ച വര ഉറവിടം പറയുന്ന പരിധിയാണ്

കൂൺ വരുമ്പോൾ മുറിയിലെ താപനില

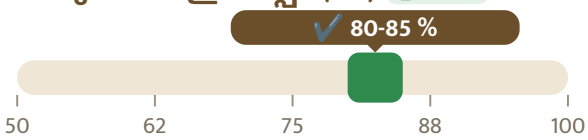
ഉറവിടം



TNAU: 23-25°C. ഇനം അനുസരിച്ച് മാറും - P. florida 15-22°C, P. sajor-caju 18-26°C (DMR)

വായുവിലെ ഈർപ്പം (RH)

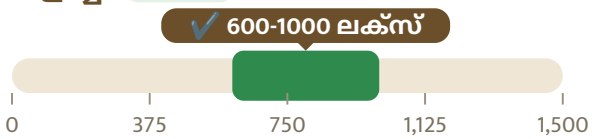
ഉറവിടം



TNAU: 80-85% - കുറഞ്ഞാൽ കുട ഉണങ്ങി പൊട്ടും

വെളിച്ചം

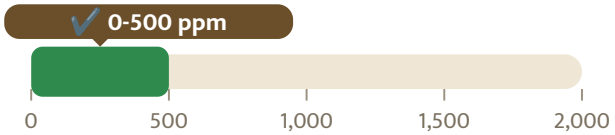
ഉറവിടം



DMR: ദിവസം 3-4 മണിക്കൂർ നേരിയ വെളിച്ചം; പടരുന്ന സമയത്ത് (ആദ്യ 8-10 ദിവസം) ഇരുട്ട്

CO_2 (ശുദ്ധവായു)

ഉറവിടം



DMR: PSCH-35-ന് 500 ppm-ൽ താഴെ - കൂടിയാൽ നീണ്ട തണ്ട്

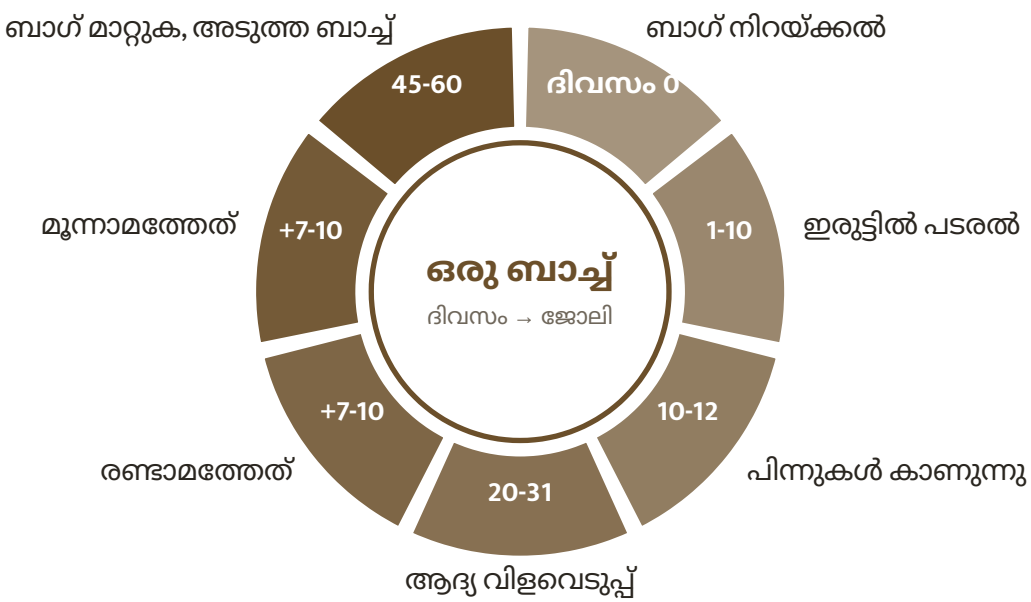
കൂൺവിത്ത് (സ്പോൺ)

ഉറവിടം



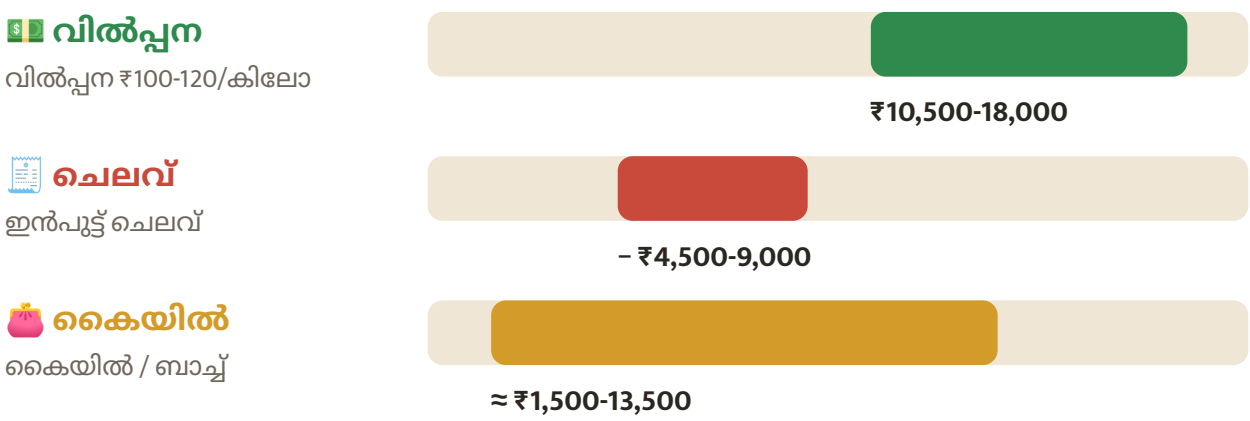
DMR: ~3% - 5 കിലോ നനഞ്ഞ വൈക്കോലിൽ ~150 ഗ്രാം

🔄 ഒരു ബാച്ച് - ആദ്യ ദിവസം മുതൽ വിൽപ്പന വരെ



പണത്തിന്റെ യാത്ര - ഒറ്റനോട്ടത്തിൽ

മുഴുവൻ: 100 ചതുരശ്ര അടി · ~150 ബാഗ് · പച്ച = വിൽപ്പന, ചുവപ്പ് = ചെലവ്, മഞ്ഞ = കൈയിൽ (എല്ലാം പരിധിയായി, അനുമാനം എന്ന് എഴുതിയിടത്ത്)



വിൽപ്പനയുടെ മാപ്പ് - ഉൽപ്പന്നം എവിടെ പോകും



ഓർക്കുക

സജ്ജീകരണം ചെലവു കുറച്ച് വെക്കുക: ₹15,000-ന്റെ മുള-റാക്ക് സജ്ജീകരണം ~2-5 നല്ല ബാച്ചുകളിൽ മുതലാകാം; ₹60,000-ന്റെ സജ്ജീകരണത്തിന് 6-20 ബാച്ച് വേണ്ടിവന്നേക്കാം (അനുമാനം). AC ഇല്ലാതെ വർഷത്തിൽ 4-6 ബാച്ച്, ~500-700 കിലോ (അനുമാനം).

കൂൺ എവിടെ, എങ്ങനെ വിൽക്കാം - 8 വഴികൾ

ചിപ്പിക്കൂണിനും പാൽക്കൂണിനും · പുതിയ കൂൺ 1-2 ദിവസം മാത്രമേ നല്ലതായിരിക്കൂ

	വഴി	എങ്ങനെ / വില	ഗുണം	ശ്രദ്ധിക്കുക	ഉറവിടം
🍽️	**ഹോട്ടൽ/തട്ടുകട/ റെസ്റ്റോറന്റ്**	നിശ്ചിത ദിവസം, നിശ്ചിത അളവ്	ഉറപ്പുള്ള അളവ്, വിശ്വാസം	ഒരിക്കൽ പോലും വൈകരുത്	അനുമാനം
🛒	**പച്ചക്കറി ഉന്തുവണ്ടി/കട**	ഗയയിലെ കർഷകൻ: ₹120/ കിലോയ്ക്ക് വിറ്റു (2024)	ദിവസവും കുറച്ചുകുറച്ച്	കടക്കാരന്റെ മാർജിൻ	Gaon Connection
📱	**റെസിഡന്റ്സ് WhatsApp**	200 ഗ്രാം പാക്ക്, രാവിലെ ഓർഡർ-വൈകിട്ട് ഡെലിവറി	ഏറ്റവും ഉയർന്ന വില (അനുമാനം)	ചെറിയ പാക്ക്, കൂടുതൽ അധ്വാനം	അനുമാനം
🧺	**മൊത്തച്ചന്ത**	₹40-160/കിലോ (ഹരിയാന, ഒക്ടോ-ഡിസം 2025)	ഒറ്റയടിക്ക് എല്ലാം വിറ്റുപോകും	വിലയിൽ കയറ്റിറക്കം	NaPanta
🎪	**ആഴ്ചച്ചന്ത/മേള**	പുതിയത് + ഉണക്ക് + അച്ചാർ ഒരുമിച്ച്	പുതിയ ഉപഭോക്താക്കൾ	ആഴ്ചയിൽ ഒരു ദിവസം	അനുമാനം
☀️	**ഉണക്കി**	DMR ഉണക്കിയ ചിപ്പിക്കൂൺ ₹1,000/കിലോയ്ക്ക് വിൽക്കുന്നു	മാസങ്ങളോളം കേടാകില്ല	8-10 കിലോ പുതിയത് = 1 കിലോ	ICAR-DMR
🫙	**അച്ചാർ/സൂപ്പ് മിക്സ്/പൊടി**	DMR: അച്ചാർ ₹260, പൊടി ₹1,200/കിലോ	അച്ചാർ ~1 വർഷം	FSSAI, ലേബൽ; PMFME	ICAR-DMR
🌐	**Amazon/Flipkart/ONDC**	ഉണക്കിയതോ പ്രോസസ് ചെയ്തതോ മാത്രം	രാജ്യം മുഴുവൻ	FSSAI + 30% ഷെൽഫ്-ലൈഫ് നിയമം	FSSAI 2024

📅 വിൽപ്പനയുടെ ആഴ്ച (ഉദാഹരണം)

- **ചൊവ്വ-വെള്ളി രാവിലെ:** ഹോട്ടൽ/ തട്ടുകട - നിശ്ചിത അളവ്
- **എന്നും വൈകിട്ട്:** റെസിഡന്റ്സ് ഗ്രൂപ്പിലെ ഓർഡറുകൾ
- **ബാക്കി വന്നത്:** അന്നുതന്നെ ഉണക്കാൻ
- **ഞായർ:** ആഴ്ചച്ചന്ത - പുതിയത് + ഉണക്ക് + അച്ചാർ

അനുമാനം - നിങ്ങളുടെ പ്രദേശം അനുസരിച്ച് മാറ്റുക

🎯 ആദ്യ ഉപഭോക്താവിനെ എങ്ങനെ പിടിക്കാം

1. 500 ഗ്രാം സൗജന്യ സാമ്പിൾ
2. "എല്ലാ ചൊവ്വയും വെള്ളിയും, ഇത്ര അളവ്, ഈ വിലയ്ക്ക്"
3. ആദ്യ 2 ആഴ്ച ഒരു ദിവസം പോലും വൈകരുത്
4. മൂന്നാം ആഴ്ച മുതൽ ഉറപ്പുള്ള ഓർഡർ എഴുതി വാങ്ങുക

💡 വിലയുടെ കണക്ക്

മൊത്തച്ചന്തയിൽ ₹40 കിട്ടുകയും ഉണക്കിയാൽ ₹1,000/കിലോ (= പുതിയ കിലോയ്ക്ക് ~₹100-125) കിട്ടുകയും ചെയ്യുമെങ്കിൽ - ബാക്കി വന്നത് മൊത്തച്ചന്തയിൽ കളയുന്നതിനേക്കാൾ ഉണക്കുന്നതാണ് നല്ലത്. പക്ഷേ പുതിയത് നേരിട്ട് ഉപഭോക്താവിന് കൊടുത്ത് ₹100-150 കിട്ടുമെങ്കിൽ, ഉണക്കാനുള്ള അധ്വാനവും ഇന്ധനവും ലാഭിക്കാം. അനുമാനം



ചിത്രം: പ്രതീകാത്മകം (AI)

✕ ഏറ്റവും കൂടുതൽ റിസ്ക് - ചെറിയ പരീക്ഷണം മാത്രം

അധ്യായം 7 · SAFFRON (KESAR)

7

കുങ്കുമപ്പൂവ് - മുഴുവൻ രീതി, മുഴുവൻ സത്യം

ഏറ്റവും വിലകൂടിയ സുഗന്ധവ്യഞ്ജനം - ഏറ്റവും വിലകൂടിയ പാഠവും. ശരിയായ രീതിയും സത്യസന്ധമായ കണക്കും, രണ്ടും.

കിഴങ്ങ് (വിത്ത്) 🧅
8-10 ഗ്രാമോ അതിൽ കൂടുതലോ ഭാരമുള്ള, ആരോഗ്യമുള്ളവ (ലേഖനം/SKUAST)

കിഴങ്ങിന് തണുപ്പ് ❄️
4-6°C-ൽ 4-6 ആഴ്ച (ലേഖനം)

പൂവിടാനുള്ള താപനില 🌡️
18-22°C · ഈർപ്പം 40-60% (ലേഖനം)

പൂവ് 🌸
ഫോഴ്സിങ് കഴിഞ്ഞ് 3-4 ആഴ്ചയ്ക്ക് ശേഷം (ലേഖനം) · കശ്മീരിലെ വയലിൽ വർഷത്തിൽ ഒരിക്കൽ

യഥാർത്ഥ മുറി-പരീക്ഷണം ⚖️
100 കിലോ കിഴങ്ങ് → 28 ഗ്രാം കുങ്കുമപ്പൂവ് മാത്രം (SKUAST/NABARD)

ഇ-ലേലം IIKSTC (2020) 🏷️
രണ്ട് സാമ്പിളുകൾ ₹185, ₹227/ഗ്രാം

⚠️ വായിക്കുന്നതിന് മുമ്പ്

നിങ്ങൾ ചോദിച്ചതുകൊണ്ട് മുഴുവൻ രീതിയും ഇവിടെയുണ്ട് - പക്ഷേ സത്യസന്ധമായി പറഞ്ഞാൽ: ഇന്ത്യയിൽ രേഖപ്പെടുത്തിയ എല്ലാ മുറി-പരീക്ഷണങ്ങളിലും വിളവ് വയലിനേക്കാൾ കുറവായിരുന്നു, മുറിയിൽ കിഴങ്ങുകൾ പെരുകുന്നുമില്ല. ഇതിനെ "ഹോബി + 1-2 കിലോ കിഴങ്ങിന്റെ ചെറിയ പരീക്ഷണം" ആയി കാണുക, കടം വാങ്ങി ചെയ്യേണ്ട ബിസിനസ്സായല്ല.

📖 ഈ അധ്യായത്തിൽ

- 🎯 മീറ്റർ, സാരം, ആർക്കൊക്കെ പറ്റും — 91
- 🏠 സജ്ജീകരണത്തിന്റെ രൂപരേഖ — 92
- 📸 ചിത്രങ്ങളിലൂടെ രീതി — 93
- 🛠️ ഘട്ടം ഘട്ടമായി — 94
- 🌡️ താപനില-ഈർപ്പം ഗേജ് — 95
- 📊 ലാഭം, രണ്ട് വലുപ്പം — 96
- 💸 പണത്തിന്റെ യാത്ര + വിൽപ്പനയുടെ മാപ്പ് — 97
- 🩺 പ്രശ്നം → പരിഹാരം — 98
- 🚀 കൂടുതൽ ലാഭം, ദിനചര്യ — 99
- 🚨 തട്ടിപ്പ്, സഹായം, പരീക്ഷണ പ്ലാൻ — 100

ഭൂമിയില്ലാതെ, സത്യസന്ധമായ കണക്ക്.

- 17 സംരംഭങ്ങൾ പരിശോധിച്ചു - ലാഭത്തിന് തെളിവുള്ള 6 എണ്ണം മാത്രം നിലനിർത്തി
- ഓരോ സംരംഭത്തിന്റെയും ചിത്രങ്ങൾ, സമയരേഖ, ഘട്ടം ഘട്ടമായ രീതി
- രണ്ട് വലിപ്പത്തിലെ കണക്ക്, മുടക്കുമുതൽ തിരികെ കിട്ടൽ, വിലയുടെ ഏണി
- പ്രശ്നം → കാരണം → പരിഹാരം പട്ടിക
- കുങ്കുമപ്പൂവിന്റെയും മുത്തിന്റെയും സത്യം, യഥാർത്ഥ തട്ടിപ്പുകൾ, 15 അപായ സൂചനകൾ
- FSSAI-GST-നികുതി, പദ്ധതികൾ, 90 ദിവസത്തെ പ്ലാൻ, കണക്ക് ഷീറ്റ്








"വരുമാനം വിളയിക്കുന്നതിനേക്കാൾ കൂടുതൽ വിൽക്കുന്നതിലും വിശ്വാസം നേടുന്നതിലുമാണ് - ഈ പുസ്തകം രണ്ടും പഠിപ്പിക്കുന്നു."

fitjeevan.co.in
ANSYS (FitJeevan) · പതിപ്പ് 2 · 2026
രചയിതാവ്: വിവേക് കുമാർ

ICAR · KVK · സർക്കാർ ഉറവിടങ്ങളെ ആധാരമാക്കിയത്
ഒരു ഗ്യാരന്റി വാഗ്ദാനവുമില്ല