

- Uzalishaji wa Mafuta-mwali ni mkombozi wa mwanamke na familia kiuchumi kwani hutoa ajira katika ukamuaji na uhifadhi wa mafuta vijijini na viwanda vidogo vidogo. Wanawake hupata pesa pia kutokana na matayarisho na mauzo ya vyakula vya nazi. Aidha mafuta haya hutumika pia katika saluni za kuupamba mwili ikiwemo kusuka nywele.
- Mafuta-mwali yanawezakutumika kuchua viungo au misuli yenye maumivu. Paka mafuta kwenye viungo husika kisha chua kwa kutumia kitambaa au mkono wenye joto kiasi.
- Mauzo ya mafuta-mwali na bidhaa zitokanazo na mafuta haya huongeza akiba ya fedha za kigeni kwa taifa. Mauzo haya hupunguza kiwango cha bidhaa za mafuta ya nazi yanayoagizwa kutoka nje ya nchi.

## Mashine ya kukamulia Mafuta



## Kwa maelezo zaidi wasiliana nasi

Kituo cha Utafiti wa Kilimo, Mikocheni

Barabara ya CocaCola,

Ploti namba 22, Mikocheni B

S.L.P 6226

Simu; +255 22 2700552

Fax: +255 22277 5549

Barua pepe: [mari@mari.or.tz](mailto:mari@mari.or.tz)

DAR ES SALAAM, TANZANIA.

**MIKOCHENI AGRICULTURAL**

**RESEARCH INSTITUTE**



**TUMIA MAFUTA MWALI YA NAZI**

**THAMINI AFYA YAKO:**



Mafuta-mwali ya nazi ni mafuta bora yanayosindikwa kutoka kwenye nazi zilizokomaa. Mafuta haya yana matumizi mengi kwa watu walio wagonjwa na wasio wagonjwa.

- Mafuta-mwali ya nazi ni meupe na yenye harufu nzuri inayovutia ikilinganishwa na harufu ya mafuta ambayo hutengenezwa kwa kutumia nazi zilizooza, mbovu au ambazo hazijakomaa.
- Mafuta ya nazi na hata mafuta-mwali ya nazi ni kikaangio na kiungo muhimu katika mapishi haswa kwa watu wa pwani. Hukaangia samaki, maandazi, chapati, visheti na vitafunwa vingine. Aidha hupikia wali, maharage, makande, mbogamboga na vyakula vingine.

### MAHITAJI YA MAFUTA MWALI YA NAZI (VCO)

- Nazi zilizokomaa
- Vibao vya kukunia nazi
- Masinia ya kukunia nazi na ndoo za kuhifadhia machicha
- Karatasi gumu la nailoni kwa ajili ya kuanikia nazi iliyokunwa
- Chombo cha kuhifadhianazi iliyokunwa
- Vifuko vya nguo
- Mashine ya kukandamiza ya kukamulia mafuta
- Filter paer na mpare kwa ajili ya kuchuja mafuta
- Chupa na mifuniko kwa ajili ya kuhifadhia mafuta



### HATUA ZA KUTENGENEZA MAFUTA MWALI YA NAZI:

1. Chagua nazi zilizokomaa na za ukubwa wa wastani ambazo hazijaoza au Kuharibika
2. Nazi zikunwe kwa kutumia kikunio cha kawaida au cha mezani (Table Rotary grater)
3. Nazi iliyokunwa (machicha) ianikwe juani kwenye nailoni jeupe kwa masaa manne (4) au zaidi kulingana na hali ya hewa. Sambaza vizuri machicha ili kuharakisha ukaukaji.
4. Nazi iliyokunwa (machicha) yanakuwa tayari kukamuliwa yakiwa na unyevu wa 11% hadi 12%, au au yakikandamizwa katika kiganja cha mkono mafuta meupe yanatiririka katikati ya vidole.
5. Anua machicha juani na kujaza kwenye vifuko vya nguo vyeupe (muslin cloth) Vilivyoandaliwa.
6. Hakikisha silinda imekaa vizuri kwenye mashine kwa kutanguliza kisahani chake
7. Weka vifuko viwili vilivyojazwa machicha kwenye silinda
8. Anza kukandamiza machicha kwa kutumia jeki hadi mafuta yaanze kutoka, yakianza kutoka kwa wingi pumzisha mashine halafu rudia tena hadi geji ifike 300.
9. Kusanya mafuta yaliyo kamuliwa na kuyachuja



- Matumzi ya mafuta kwa njia ya kujipaka hupunguza ukubwa wa ndita na makunyanzi ya ngozi ya mwili. Aidha hukabili baadhi ya magonjwa ya ngozi (psoriasis, eczema, dermatitis) na huilinda ngozi isipauke na isiwe tepetevu.
- Huzifanya nywele kuwa na afya na ukuaji bora. Aidha mafuta haya hukabiliana na kusambaa kwa mmba na chawa kwenye nywele
- Unywaji wa mafuta-mwali hupunguza kiu ya kutawaliwa na ulevi wa pombe, sigara na madawa ya kulevya.

Mafuta-mwali ni mali ghafi kwa viwanda vidogo na vikubwa vya sabuni. Mafuta haya huchanganywa na kemikali aina ya alkali kwa uwiano mbalimbali. Kadri mafuta yanavyokuwa mengi ndivyo sabuni inavyokuwa laini / nyororo.

- Tafiti zinaonyesha kwamba, Mafuta haya huboresha afya za walaji kwani yana madini na viini lishe vinavyoongeza kinga ya mwili kwa magonjwa mbali mbali hususan yanayosababishwa na virusi, bacteria na kuvu na magonjwa ya ngozi.
- Mafuta-mwali ya nazi ni chakula cha uhakika kwani huweza kunywewa bila madhara yoyote. Yakilinganishwa na mafuta mengine yatokanayo