

சாப்பிட வாங்க.....

வெங்கட் நாகராஜ்

சாப்பிட வாங்க

வெங்கட் நாகராஜ்

venkatnagaraj@gmail.com

மின்னூல் வெளியீடு

www.freetamilebooks.com

மின்னூலாக்கம் மற்றும் அட்டைப்படம்:

வெங்கட் நாகராஜ்

venkatnagaraj@gmail.com

உரிமை : Creative Commons Attribution-
NonCommercial-NoDerivatives 4.0

கிரியேட்டிவ் காமன்ஸ். எல்லாரும் படிக்கலாம்,
பகிரலாம்.

விதம் விதமாய் சாப்பிட வாங்க.....

பயணம் செய்வது எனக்கு மிகவும் பிடித்த விஷயம். அதைப் போலவே சாப்பிடுவதும் என்று சொன்னால் என்னை நன்கு தெரிந்தவர்கள் திட்டுவார்கள் – பசிக்கு சாப்பிட வேண்டுமே தவிர, ருசிக்கு சாப்பிடக் கூடாது என்று அவ்வப்போது என் மனைவியிடமும் அம்மாவிடமும் சொல்வது வழக்கம். இருந்தாலும் நானே சமைத்து சாப்பிட வேண்டிய நேரங்களில் விதம் விதமாய் சமைப்பதுண்டு! போலவே பயணம் செய்யும் சமயங்களில் எந்தெந்த ஊரில் என்ன கிடைக்கிறதோ அதைச் சாப்பிடுவதே எனது வழக்கம். வட இந்தியாவில் இருந்து கொண்டு, அதுவும் வடக்கின் எல்லை மாநிலங்களில், தமிழகத்திலிருந்து வெகு தொலைவு வந்த பிறகு சாதத்துடன் சாம்பார், ரசம், பொரியல், கூட்டு என சாப்பிடக் கிடைக்குமா என்று தேடினால் பயணம் முழுவதும் பட்டினி தான் இருக்க வேண்டும். மசாலா தோசை என்ற பெயரில்

புளித்த மாவில் செய்த தோசை மீது
உருளைக்கிழங்கு மசாலா வைத்து மகா
மோசமான சுவையில் கொடுப்பார்கள் – அதைச்
சாப்பிடுவதற்குச் சும்மா இருந்து விடலாம்.

இப்படி சில அனுபவங்கள் கிடைத்த பிறகு,
எங்கே சென்றாலும், அந்த ஊரின் உணவு
என்னவோ அதையே கேட்டு வாங்கிச்
சுவைப்பது எனது வழக்கம். வடக்கே
பெரும்பாலான ஊர்களில் காலை உணவு
பராட்டா தான் – பயப்பட வேண்டாம் – இது
மைதா பராட்டா அல்ல – கோதுமை பராட்டா,
கூடவே தொட்டுக்கொள்ள ஊறுகாயும் தயிரும்!
ஆனாலும், ஒவ்வொரு ஊருக்குச் செல்லும்
போதும், வித்தியாசமான உணவு வகைகள்,
அவை தயாரிக்கப்படும் முறைகள் என கேட்டு
சாப்பிடுவது வழக்கமாகி இருக்கிறது. சில
இடங்களில் உணவுக்காக படும் அவஸ்தைகள்,
தேடல்கள் என நிறையவே அனுபவங்கள்.
பயணக் கட்டுரைகள் எழுதும் போது அந்தந்த
ஊரில் உணவு உண்ட அனுபவங்களையும்

எழுதுவது வழக்கம். அது பலருக்கும்
பிடித்தமானதும் கூட! அப்படி எழுதியது தவிற,
சமையலுக்காகவே சில தனி பதிவுகளும் எனது
வலைப்பூவில் எழுதியதுண்டு.

பல ஊர்களில் கிடைத்த அனுபவங்கள்
வித்தியாசமானவை. **உதாரணத்திற்கு மில்க்
மெய்ட் தேநீர்** – வட கிழக்கு மாநிலங்களில்
பயணித்த போது மலைப் பிரதேசங்களில் பால்
தட்டுப்பாடு – பெரும்பாலும் லால் சாய்
எனப்படும் கட்டஞ்சாய் தான். பால் விட்டு தேநீர்
கேட்டால், கட்டஞ்சாயில் ஒரு ஸ்பூன் மில்க்
மெய்ட் விட்டு கலக்கி தந்து விடுகிறார்கள்.
வாயில் வைக்கமுடியாத சுவை – ஒரு முறை
அதைக் குடித்த பிறகு எங்கே சென்றாலும் பால்
விட்ட தேநீர் கேட்கவில்லை!

உத்திரப் பிரதேசத்தில் பயணிக்கும் போது,
குறிப்பாக அலஹாபாத், வாரணாசி ஆகிய
இடங்களுக்குப் பயணிக்கும் போது காலை
வேளையில் **பால் [அ] தயிரில் தோய்த்த**

ஜாங்கிரிகள் சாப்பிடுவதைப் பார்த்திருக்கிறேன்.
எப்படித்தான் இருக்கிறது என சுவைத்தும்
பார்த்திருக்கிறேன். பாலில் ஜாங்கிரியா?
படிக்கும்போதே குமட்டுகிறதே என்று சிலர்
நினைக்கலாம்..... ஆனால் இதற்கு
உத்திரப்பிரதேசத்தில் பலத்த வரவேற்பும்,
ரசிகர்களும் உண்டு! வித்தியாசமான சில உணவு
வகைகள், உணவு சம்பந்தமான அனுபவங்கள்
ஆகியவற்றை தொகுத்து வைக்க வேண்டும்
என்ற எண்ணம் எனக்கு அவ்வப்போது
வருவதுண்டு. பயணக் கட்டுரைகள் சிலவற்றை
மின்புத்தகமாக வெளியிட்ட எனக்கு, சாப்பாடு
அனுபவங்களையும் மின்புத்தகமாக
வெளியிடலாமே என்ற எண்ணம் வரவே, அதன்
தொடர்ச்சியாய், இதோ எனது ஐந்தாவது மின்
புத்தகம் – ”சாப்பிட வாங்க!”

புத்தகம் பற்றிய எண்ணம் வந்ததும், எனது
“**சந்தித்ததும் சிந்தித்ததும்**” வலைப்பூவில்
எழுதிய சமையல்/சாப்பாடு அனுபவங்களையும்
இங்கே தொகுத்து இருக்கிறேன். தொகுத்து

வைத்த கட்டுரைகளை பிரபல பதிவர்,
எழுத்தாளர் திருமதி தேனம்மை லக்ஷ்மணன்
அவர்களுக்கு அனுப்பி வைக்க, அவர் தொகுப்பு
பற்றிய தனது எண்ணங்களை எழுதி அனுப்பி
இருக்கிறார். திருமதி தேனம்மை லக்ஷ்மணன்
அவர்களின் எண்ணங்கள் வரும் பக்கங்களில்
கருத்துரையாக! இந்தத் தொகுப்பில் இருக்கும்
அனுபவங்கள்/உணவுகள் உங்களுக்குப்
பிடித்திருக்கும் என நம்புகிறேன். நீங்களும்
படித்து, உங்களுக்குத் தெரிந்தவர்களுக்கும்
மின்புத்தகத்தினை அறிமுகம் செய்து வைக்க
வேண்டும் என்ற வேண்டுகோளுடன்.....

வெங்கட் நாகராஜ்
புது தில்லி.

என்னுடைய பிற மின்னூல்கள்



ம த்தி ய ப்
பி ர தே ச ம்
அ ழை க் கி ற து

வெ ங் க ட் ந ா க ர ா ஜ்



தேவ் பூமி - ஹரிமாச்சல்
பயணக்கட்டுரைகள்

வெங்கட் நாகராஜ்



Tondar Photography

பஞ்ச துவாரகா

வெங்கட் நாகராஜ்

சாப்பிட வாங்க – மின் புத்தகம் – கருத்துரை

*THERE IS NO SINCERE LOVE THAN THE LOVE OF
FOOD – GEORGE BERNARD SHAW.*

ஃபிப் மாசம் அனுப்பிய மின்னூலுக்கு ஜூலை
மாசம் முன்னுரை தருவது கொஞ்சம் இல்ல
ரொம்பவே சோம்பேறித்தனமான செயல்தான்.
மன்னிச்சு வெங்கட் சகோ.

உணவில்லாமல் உயிர் வாழ்வது
கண்டுபிடிக்கப்படலை இன்னும். உணவுதான்
நம் ஊனாய், உணர்வாய் மாறி உயிர் கொடுக்குது.
சாதாரணமா நாம் தினம் சாப்பிடும் சாப்பாட்ல
ஏகப்பட்ட பிடிக்கும் பிடிக்காதது
வைத்திருப்போம். ஆனா பேச்சிலரா வாழும்
ஊரில் மற்றும் பயணம் செய்யும் ஊரில்
கிடைக்கும் உணவுகளைப் பிடித்தோ
பிடிக்காமலோ சாப்பிட வேண்டி வரும். அதே

பழக்கத்துல எல்லா உணவுகளையும் சாப்பிடப்
பழகிடுவோம். அதுவே சிறப்புத்தான்.

மேலும் ஒவ்வொரு ஊரிலும் கிடைக்கும் சீசனல்
மற்றும் ரீஜனல் பொருட்கள், காய்கனிகள்
கொண்டு தயாரிக்கப்படும் உணவுதான்
அந்தந்தப் பருவத்துக்கு ஏற்றதா இருக்கும். அதை
நான் டெல்லியில் இருந்தபோது
உணர்ந்திருக்கேன். எக்ஸ்பெஷலி விண்டர்ல
நிறைய காய் சீப்பா கிடைக்கும். அதை
சாப்பிட்டா நல்லது. ஆனா அப்போ தமிழ்நாடு
மாதிரி அதிகம் புளி சேர்த்த உணவுகள்
ஜீரணமாகாது. அதைத் தவிர்க்கணும்னு
தெரிஞ்சிக்கிட்டேன்.

சாப்பிட வாங்க மின் புத்தகத்துல பயண
உணவுகளும் பல மாநில நண்பர்கள் இல்லத்தின்
உணவுகளும் சிறப்பாவும் பக்குவமாவும்
செய்யப்பட்டிருக்கு. என்ன சப்பாத்தி செய்ய
இவ்ளோ நேரம் செய்றாங்க என
நினைத்ததுண்டு. ஆனா அவங்க ஒவ்வொரு

ஐட்டத்துக்கும் அரைச்ச வதக்கி பொறுமையா
அரைமணி நேரம் ஒரு மணி நேரம் செலவழிச்ச
நெய்யைக் கொட்டி டேஸ்டா செய்வாங்க. அதை
உங்க பகிர்வுகளும் உறுதிப்படுத்துது.

இனிப்பு ரெஸிப்பீக்கள் சூப்பர். அதிலும் சுக்டி,
சுர்மா, டேகுவா, பஞ்சீரி லட்டு, கேவர், சான்வி
அட்டகாசம். இதுல நான் சான்வி செய்து
பார்த்ததில்லை. சாப்பிட்டதும் இல்லை. ஆக்ரா
ஸ்வீட்/பேடா நு பூசணி கொண்டு சர்க்கரைப்
பாகில் வேகவைக்கப்படும் ஸ்வீட் போல
இருக்கு அது.

புளிபோட்ட பாயாசம் படித்து சிரிப்பை நிறுத்த
முடில. குவாலியர்ல எனக்கும் அந்த அனுபவம்
ஏற்பட்டிருக்கு. ஆனா அவங்க எல்லாம் இனிப்பு
புளிப்பு ரசம் மாதிரி இருந்த அதை குடிச்சாங்க.

ஷாஹி பன்னீர் ரெஸிப்பியும் டிப்ஸும்
அட்டகாசம். அதேபோல் ஸ்டீப்பிங் பூரி
வகையறாக்களும். லிக்கர் சாய் வித்யாசம், சுக்,

காச்ரி சட்னி, சுண்டல் சப்ஜி, புதினா தேநீர்,
தேப்லா நல்ல காரசாரம். செய்து
பார்க்கணும்போல இருக்கு. *A FOOD HAS NO
SOUL. YOU AS THE COOK MUST BRING SOUL TO
THE RECIPE.*

உணவே மருந்தும்பாங்க. உணவுல நிறைய
ஓமம், பெருங்காயம், இஞ்சி, பூண்டு, சீரகம்,
கடுகு, கொத்துமல்லி போன்ற உடல்நலம்
பயக்கும் பொருட்கள் வடநாட்டு சமையல்ல
சேர்க்கப்படுறதால உடலுக்கு மிக நல்லதுதான்.

தெரிஞ்ச பேரு, தெரியாத ரெசிப்பீஸைப் பயண
அனுபவத்தோடு சுவாரசியமா பகிர்ந்தது அழகு.
இந்தப் புத்தகம் நிறைய பேச்சிலர்களுக்கு
சமையல் எளிது என்பதைக் கற்றுக் கொடுக்கும்.
வாழ்த்துகள்.

அன்புடன்
தேனம்மை லெக்சுமணன்.

விதம் விதமாய் சாப்பிடவாங்க....

ஒரு பட்டியல்

சாப்பிட வாங்க: சூர்மா லட்டு.....	19
சாப்பிட வாங்க: பட்டாடா நு ஷாக்.....	25
சாப்பிட வாங்க: மட்டர் பூரி.....	30
சாப்பிட வாங்க: [G]கோபி[b] [k]கி [b]புர்ஜி.....	37
சாப்பிட வாங்க: தேப்லா.....	42
சாப்பிட வாங்க: லிட்டி [ch]சோக்கா.....	47
சாப்பிட வாங்க: டேகுவா.....	54
சாப்பிட வாங்க: புதினா தேநீர்.....	59
சாப்பிட வாங்க: பஞ்சீரி லட்டு.....	62

சாப்பிட வாங்க: புளி போட்ட பாயசம்.....	67
சாப்பிட வாங்க: சுண்டல் சப்ஜி!.....	70
சாப்பிட வாங்க: காச்ரி சட்னி!.....	74
சாப்பிட வாங்க: [GH]கேவர்.....	79
சாப்பிட வாங்க: சான்வி!	84
சாப்பிட வாங்க: குரங்கு அரிசியும் யோங்க்சா சட்னியும்!	90
சாப்பிட வாங்க: மாமோய்.... இது மோமோ!....	97
சாப்பிட வாங்க: லிக்கர் சாய்	104
சாப்பிட வாங்க: பேட்மி பூரி!.....	112
சாப்பிட வாங்க: சுக்ஷி.....	118
சாப்பிட வாங்க: ச்சீலா!.....	123
சாப்பிட வாங்க: ஜலேபா.....	130
ஓட வைத்த கேசரி.....	137
சாப்பிட வாங்க: [G]காஜர் பராட்டா... ..	144
சாப்பிட வாங்க: சாலையோர உணவுத் திருவிழா.....	150
சாப்பிட வாங்க: ஷாஹி பனீர்!.....	158
சாப்பிட வாங்க: இதுதாண்டா மைசூர்பாக்!.....	164
சாப்பிட வாங்க: [ch]சுக்.....	169

சாப்பிட வாங்க: ஆலு குந்த்ரு சப்ஜி – <i>Alu goes with everything!</i>	174
ராஜஸ்தானி உணவு – கேர் சாங்கர் – பேசன் Gகட்டா.....	180
சாப்பிட வாங்க: பாட்டிசாப்டா - பெங்காலி இனிப்பு....	186

சாப்பிட வாங்க: சூர்மா லட்டு.....



எந்த ஒரு நல்ல விஷயமா இருந்தாலும்
ஸ்வீட்டோட ஆரம்பிக்கிறது தானே வழக்கம்.
சாப்பிட வாங்க மின் புத்தகத்தையும்
ஸ்வீட்டோட ஆரம்பிக்கலாம்!

ஃபிப்ரவரி மாசம் தில்லியின் *Garden of Five Senses*-
ல ஒவ்வொரு வருஷமும் *Garden Tourism Festival*
நடக்கும். அப்படி ஒரு முறை அங்கே

ராஜஸ்தானிய உணவு வகைகளை விற்றுக்
கொண்டிருந்தார்கள். அங்கே சாப்பிட்ட ஒரு
உணவு தான் இன்று நாம் பார்க்கப் போகும்
[ch]சூர்மா லட்டு! இரண்டு லட்டு வாங்கினோம்
– சுளையா ஐம்பது ரூபாய் வாங்கி கல்லால
போட்டுக் கொண்டார்!



நாங்கள் மூன்று பேர் என்றாலும் இரண்டு லட்டு
மட்டுமே வாங்கினோம். கொஞ்சம் பெரிய
அளவில் இருந்தது என்பதாலும், எப்படி
இருக்கும் என்பது தெரியாததாலும் இரண்டு!
வாங்கிச் சாப்பிட்ட பிறகு இன்னும் கூட
வாங்கியிருக்கலாம் எனத் தோன்றியது!
ஆனாலும் அக்கடையின் பணியாளரையும்,
சூர்மா லட்டு அடுக்கி வைத்ததையும் நான்

புகைப்படம் எடுத்துக்கொண்டேன். அப்போது முறைத்துப் பார்த்த அந்த தலைப்பாக்காரர் நினைவில் வந்து கொஞ்சம் பயமுறுத்தினார்! அந்த **சூர்மா லட்டு** எப்படி செய்யறதுன்னு பார்க்கலாமா?

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு [400 கிராம்], ரவை [100 கிராம்], நெய் [500 கிராம்], [B] புரா [எ] [t] ட [g] கார் [700 கிராம்], மாவா [எ] கோயா [250 கிராம்], முந்திரி [100 கிராம்], பாதாம் [50 கிராம்], Dried Resin [50 கிராம்] மற்றும் ஏலக்காய் [20 – பொடி செய்து கொள்ளுங்கள்].

அது சரி இதுல என்னமோ [B] புரா [எ] [t] ட [g] கார் அப்படின்னு சொல்லி இருக்கே அது என்ன என்று கேட்பவர்களுக்கு, கம்பி பதத்தில் சர்க்கரைப் பாகு செய்து, அடுப்பு நிறுத்தியபிறகு அதை கலக்கியபடியே இருந்தால் சர்க்கரைப் பொடியாக கிடைக்கும். அது தான் இந்த [B] புரா

[எ] [t]ட[g]கார். வடக்கில் இது கடைகளில்
கிடைக்கும். வேறு இடங்களில் கிடைக்குமா
எனத் தெரியவில்லை.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

ஒரு பாத்திரத்தில் கோதுமை மாவும் ரவையும்
போட்டு கலந்து கொள்ளுங்கள். அதில் நான்கில்
ஒரு பங்கு நெய் சேர்த்து கலக்குங்கள். பின்னர்
சப்பாத்திக்கு மாவு பிசைவது போல பிசைந்து
கொள்ளுங்கள். இங்கே தண்ணீருக்குப் பதில் 100
மி.லி. பால் சேர்த்துப் பிசைந்து கொண்டால்
நல்லது! கெட்டியாகப் பிசைந்து ஒரு மணி நேரம்
தனியாக விட்டு விடுங்கள்! அந்த நேரத்தில்
நீங்கள் பார்க்க வேண்டிய சீரியல்களிலோ
அல்லது வலைப்பூக்களையோ படிப்பதிலோ
கவனம் செலுத்தலாம்! தவறில்லை!

இந்த ஒரு மணி நேரத்தில் எத்தனை பதிவுகள்
படித்தீர்கள் என எனக்குச் சொல்லி விட்டு
அடுத்த வேலைக்கு தயாராகுங்கள். ஒரு

வாணலியில் 250 கிராம் நெய் விட்டு
சூடாக்குங்கள். பிசைந்து வைத்த மாவினை சிறு
சிறு உருண்டைகளாக்கி, அதை தட்டையாக்கி
[வடை போல] சூடான நெய்யில் போட்டு,
பொன்னிறமாக பொரித்து எடுங்கள். இப்படி
எடுத்தவற்றை ஒரு தட்டில் வைத்து அது சூடு
போகும் வரை காத்திருங்கள். காத்திருக்கும்
நேரத்தில் மேலும் ஒரு பதிவு படியுங்கள்
என்பதை மீண்டும் சொல்லத் தேவையில்லை!
இப்படிப் பொரித்த எடுத்ததற்கு ராஜஸ்தானில்
“[b]பாட்டி” என்று பெயர். பாட்டி இல்லைங்க!
[b]பாட்டி!

சூடு குறைந்த பிறகு [b]பாட்டிகளை சிறு
துண்டுகளாக்கி, மிக்சர்-க்ரைண்டரில் நன்கு
பொடியாக்குங்கள். கட்டிகள் இருக்ககூடாது.
இப்போது மீதமிருக்கும் ஒரு பங்கு நெய்யில்
இந்தப் பொடியை போட்டு சற்றே வறுத்து
எடுங்கள். மாவா/கோவாவையும் வறுத்து
பொடியுடன் சேருங்கள். அதனோடு [b]புரா,
முந்திரி, பாதாம், Dried Resin மற்றும் ஏலக்காய்

பொடி சேர்த்து நன்கு கலக்குங்கள். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எடுத்து லட்டுவாக பிடித்து தட்டில் வையுங்கள். சுடச்சுட சூர்மா லட்டு தயார்.

இத்தனை மெனக்கெட்டு தயார் செய்து சாப்பிடப் பொறுமை இருப்பவர்களுக்கு ஒரு பூங்கொத்து!

அடப் போய்யா! இவ்வளவு வேலை செய்யனுமா இதுக்கு..... இந்த நேரத்துல நான் நிறைய பதிவுகள் படிச்சு இருப்பேன், வீட்டு வேலைகள் செய்திருப்பேன், என்று சொல்லும் ஆளா நீங்க! என்னைப் போலவே இருக்கீங்களே! :) நீங்கள் கவலைப் படத் தேவையில்லை. பெரும்பாலான வட இந்திய கடைகளில் இந்த சூர்மா லட்டு கிடைக்கிறது. விலை தான் கொஞ்சம் அதிகம்! ஒரு முறை வாங்கிச் சாப்பிட்டுப் பாருங்களேன் இந்த சத்தான் சூர்மா லட்டுவை!



சாப்பிட வாங்க: பட்டாடா நு ஷாக்.....



என்னம்மா கண்ணு! பேருலயே ஷாக் இருக்கே,
சாப்பிட்டா ஷாக் அடிக்குமோ? என்ற பயம்
தேவையில்லை. குஜராத் மக்கள் சப்ஜி
என்பதைத் தான் ஷாக் என்று சொல்கிறார்கள்
அவர்கள் மொழியில்! பட்டாடா என்பது நம்ம
உருளைக்கிழங்கன்றி வேறில்லை! **வட**
இந்தியர்களுக்கு உருளைக் கிழங்கிலையேல்
உயிரில்லை! அதை மற்ற எல்லா காய்கறிகள்,
பருப்பு வகைகள் என அனைத்துடனும் சேர்த்து

சமையல் செய்வார்கள். வெண்டைக்காய் உடன் உருளைக்கிழங்கு சேர்த்து சமைப்பதை நீங்கள் பார்த்ததுண்டா? இங்கே நான் பார்த்ததுண்டு! சாப்பிட்டதும் உண்டு!

குஜராத் மாநில பயணம் செய்தபோது இப்படித்தான் எந்த உணவகத்திற்குச் சென்றாலும் மெனு கார்டைப் பார்த்த போது எல்லா சப்ஜிகளிலும் ஷாக்! அப்போது தான் எனக்குத் தெரிந்தது ஷாக் என்றாலும் ஷாக் அடித்தமாதிரி நாம் பயப்படத் தேவையில்லை என்பது! சரி வாங்க, இந்த பட்டாடா நு ஷாக் செய்வது எப்படி என்பதைப் பார்க்கலாம்!

தேவையான பொருட்கள்:

உருளைக்கிழங்கு [தோல் எடுத்தது – சற்றே பெரிய துண்டுகளாய்] - 2 ½ கப், தக்காளி – 1 [சற்றே பெரிய துண்டுகளாய்], கடுகு, ஜீரகம், பச்சை மிளகாய்-இஞ்சி விழுது, பெருங்காயம், மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், மல்லித் தூள்,

ஜீரகப் பொடி, சர்க்கரை [1 ஸ்பூன்], எண்ணை,
கொத்தமல்லி தழை – கொஞ்சம், தண்ணீர், உப்பு
– தேவைக்கேற்ப!

எப்படி செய்யணும் மாழு?:

வாணலியில் எண்ணை விட்டு, காய்ந்ததும் கடுகு
சேர்க்கவும். பட், படார் என வெடித்ததும்,
ஜீரகத்தினைச் சேர்க்கவும். அதுவும் வெடிக்கும்
வரை காத்திருக்கவும்! அதிக நேரம் காத்திருக்க
வேண்டிய அவசியமில்லை! இஞ்சி-பச்சை
மிளகாய் விழுது மற்றும் பெருங்காயப்
பொடியைச் சேர்க்கவும். வதக்கவும்.

நறுக்கி வைத்திருக்கும் உருளைக் கிழங்குகளைச்
சேர்த்து 3-4 நிமிடங்கள் வதக்கவும்.

நறுக்கி வைத்திருக்கும் தக்காளித் துண்டுகளைச்
சேர்த்து, தேவையான அளவு உப்பு சேர்க்கவும்.
ஒரு ஸ்பூன் அளவு சர்க்கரை சேர்க்கவும். நான்
பொதுவாக சர்க்கரை சேர்ப்பதில்லை – ஒரு

அசட்டு தித்திப்பு இருக்கும் என்பதால்! மூன்று நிமிடங்கள் வரை வதக்கவும் – அதுக்குன்னு கடிகாரத்தைப் பார்த்தபடியே இருக்கத் தேவையில்லை! எல்லாம் ஒரு தோராயமான கணக்கு தான்!

மிளகாய்ப் பொடி மற்றும் மஞ்சள் பொடி சேர்த்து ஒரு நிமிடம் வரை வதக்கவும்.

1 ¼ கப் தண்ணீர் சேர்த்து கலக்கவும். கொஞ்சம் கொதிக்க ஆரம்பித்ததும் மூடி வைக்கவும். இரண்டு மூன்று நிமிடங்களுக்கு ஒரு முறை மூடியை எடுத்து விட்டு கலக்கி விடவும். சுமார் பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிடங்களுக்குள் உருளைக் கிழங்கு நன்கு வெந்து இருக்கும். தேவையெனில் இன்னும் கொஞ்சம் தண்ணீர் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்!

மூடியை எடுத்து விட்டு, ஜீரகப் பொடி, மற்றும் மல்லிப் பொடியைச் சேர்க்கவும். நன்கு கலக்கவும். அடுப்பை அணைத்து விடலாம்!

வேறு ஒரு பாத்திரத்தில் மாற்றிக் கொண்டு
கொத்தமல்லித் தழைகளை தூவி அழகு
படுத்துங்கள்..... சப்பாத்தி மற்றும் பூரியோடு
இதைச் சாப்பிட நீங்கள் நிச்சயம் ஷாக் ஆக
மாட்டீங்க! குஜராத்தி பாணி உருளைக் கிழங்கு
சப்ஜி செய்து பார்த்து உங்களுக்குப் பிடித்ததா
எனச் சொல்லுங்கள்!



சாப்பிட வாங்க: மட்டர் பூரி



பூரி மசாலா யாருக்குத்தான் பிடிக்காது! உங்கள் வீட்டிலும் மாதத்துக்கு ஒரு முறையாவது பூரி மசாலா செய்து சாப்பிடுவதுண்டு தானே! சில

டுகளில் இரண்டு முறை கூட! எப்பப் பாரு ஒரே
மாதிரியே பூரி மசாலா செஞ்சு கொடுத்தா யார்
சாப்பிடறதுன்னு புலம்பியபடி சாப்பிடும்
ஆண்களும், குழந்தைகளும் உண்டு! அப்படி
இருப்பவர்களுக்கு இப்படி மாற்று விதத்தில் பூரி
செய்து தரலாம்! அது தான் மட்டர் பூரி!

பெங்காலிகளின் உணவு வகைகளில் ஒன்று
இந்த மட்டர் பூரி. என்னுடைய பெங்காலி
நண்பரிடமிருந்து ஒரு மதியம் அலைபேசியில்
அழைப்பு வந்தது. ”இன்று இரவு எங்கள்
வீட்டிற்கு வர வேண்டும்”, என்று அவர் சொல்ல,
அலுவலகத்தில் வேலையில் மூழ்கி இருந்த
நான், வீட்டிற்குச் சென்று சாப்பிட்டு வருகிறேன்
என்று சொன்னேன். அவரோ, எனது வீட்டிற்கு
அழைப்பதே சாப்பிடத்தான்.... இன்று ஒரு
ஸ்பெஷல் சமையல் – நீ வீட்டுக்கு வந்து சாப்பிட
வேண்டும் என்று சொல்லி விட்டார். அந்த
ஸ்பெஷல் சாப்பாடு சாப்பிடுவதற்காகவே
அன்றைக்கு அவர் வீட்டிற்குச் சென்றேன்.
அங்கே சாப்பிட்டது தான் இந்த மட்டர் பூரி.

எனக்கு சுடச் சுட மட்டர் பூரி கொடுத்து அதற்கு
தொட்டுக்கொள்ள Baby Potato-வில்
செய்யப்பட்ட ஒரு சப்ஜியும் கொடுத்தார்கள்.
ஸ்வீட் இல்லாமல் பெங்காலி உணவா? அதுவும்
உண்டு. இரண்டு மூன்று பூரிகள்
சாப்பிடுவதற்குள், நண்பருடைய வேறு மூன்று
பெங்காலி நண்பர்கள் அவருடைய வீட்டிற்கு
வந்து விட்டனர். எனது கையில் தட்டு வைத்துக்
கொண்டு மட்டர் பூரியை ரசித்து ருசித்து
சாப்பிட்டுக் கொண்டிந்தேன்.
தெரியாதவர்களுக்கு முன்னர் இப்படிச்
சாப்பிடுவது கொஞ்சம் சங்கடமான விஷயம்.
போதும் என்று சொன்னாலும் கேட்காமல்
இன்னும் சில பூரிகளைக் கொடுத்து சாப்பிட
வைத்தார்கள்.

பெங்காலிகளுக்கு ஒரு பழக்கம். எப்போதுமே
சத்தமாகத் தான் பேசுவார்கள். போலவே
பெங்காலி மொழியிலேயே பேசிக்
கொள்வார்கள் – அவர்கள் நடுவே பெங்காலி
தெரியாத நண்பர்கள் இருந்தாலும், அவர்களைப்

பற்றிய கவலை இல்லாது தொடர்ந்து
பெங்காலியில் பேசுவார்கள். அதே நிலை தான்
அன்று எனக்கும்! என்னைச் சுற்றி ஐந்து
பெங்காலிகள் தங்களுக்குள் பேசிக் கொள்ள
நான் அங்கே அனைவருடைய முகத்தையும்
மாறி மாறி பார்த்தபடியே சாப்பிட்டுக்
கொண்டிருந்தேன். கொஞ்சம் கொஞ்சம்
பெங்காலி எனக்கும் புரியும் என்றாலும் இப்படி
ஒரே சமயத்தில் ஐந்து பேர் வேகவேகமாக
அவர்கள் மொழியில் பேசினால் எங்கே புரியப்
போகிறது! எப்போது சாப்பிட்டு முடிப்போம்,
வீட்டுக்குக் கிளம்புவோம் என்று ஆகிவிட்டது!

இருந்தாலும், அந்த மட்டர் பூரி எனக்கும்
பிடித்துவிட, நண்பரின் மனைவியிடம் அதன்
செய்முறை கேட்டு வைத்துக் கொண்டேன்.
அதன் பிறகு வீட்டில் இரண்டு மூன்று முறை
செய்து சாப்பிட்டேன்! அந்த மட்டர் பூரி எப்படி
செய்வது என்பதை உங்களுடன் பகிர்ந்து
கொள்கிறேன்!

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை [அல்லது] மைதா - 2 கப்
ரவை - ஒரு ஸ்பூன்
பச்சைப் பட்டாணி - 1 கப்
கொத்தமல்லி தழை - கொஞ்சம்
உப்பு - தேவைக்கேற்ப
ஓமம் - ஒரு டீஸ்பூன்
பச்சை மிளகாய் - தேவைக்கேற்ப
பெருங்காயம் - சிறிதளவு
இஞ்சி - ஒரு சிறிய துண்டு
சமையல் எண்ணை - பொரிக்க....

எப்படி செய்யணும் மாமு?:

பச்சைப்பட்டாணி, ஓமம், இஞ்சி, கொத்தமல்லி தழை, பெருங்காயம் மற்றும் பச்சை மிளகாய் ஆகியவற்றை தண்ணீர் விடாமல் அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மைதா/கோதுமை மாவினை, தேவையான உப்பு, இரண்டு ஸ்பூன் எண்ணை, ஒரு ஸ்பூன் ரவை [பூரி

மொறுமொறுவென இருக்க] ஆகியவற்றை
தேவையான அளவு வெதுவெதுப்பான தண்ணீர்
கொண்டு பிசைந்து கொள்ளவும். அரைத்து
வைத்த விழுதினை மாவிலேயே போட்டு
பிசைந்து கொண்டாலும் சரி, இல்லை எனில்
தனியாக வைத்துக் கொண்டு பூரிகளை இட்டு,
பின் ஸ்டீப் செய்தாலும் சரி – அது உங்கள்
இஷ்டம். நான் மாவிலேயே கலந்து விடுவேன் –
அது தான் எனக்கு வசதி! மாவு தயார் செய்து
சிறிது நேரம் அப்படியே வைத்துவிடுங்கள்.
பூரிக்குத் தொட்டுக்கொள்ள ஏதாவது சப்ஜி
செய்ய தயார் செய்து கொள்ளுங்கள். பொதுவாக
மட்டர் பூரியோடு உருளைக் கிழங்கு சப்ஜி தான்
சாப்பிடுவார்கள் என்றாலும், சப்ஜி உங்கள்
இஷ்டம்.

பூரி செய்ய மாவு தயாராக இருக்கிறது. சிறிய
சிறிய உருண்டைகளாக்கி, அவற்றை [b]பேலன்
[Famous பூரிக் கட்டையைத் தான் ஹிந்தியில்
[b]பேலன் என்று அழைக்கிறார்கள்!] கொண்டு
சிறிய சிறிய பூரிகளாக இட்டுக் கொள்ளுங்கள்.

கனமான அடி கொண்ட வாணலியில்
எண்ணையைச் சூடாக்கி பூரிகளைப் பொரித்து
எடுங்கள். சுடச் சுட பூரியும், தொட்டுக்கொள்ள
Baby Potato சப்ஜியும் நன்றாக இருக்கும்.
நீங்களும் செய்து, சாப்பிட்டுப் பார்த்துச்
சொல்லுங்கள் – உங்கள் அனுபவங்களை!



சாப்பிட வாங்க: [G]கோபி[b] [k]கி [b]புர்ஜி



இந்தியத் தலைநகர் தில்லியில் குளிர் வந்து விட்டாலே தில்லிவாசிகளுக்கு கொண்டாட்டம் தான். குளிர் கூடவே குளிர் கால காய்கறிகளும் வந்து விடுமே! குளிர் காலம் வந்து விட்டால் தில்லியில் காலி ஃப்ளவர், பச்சைப் பட்டாணி,

கேரட், முள்ளங்கி என சில குளிர் கால
காய்கறிகள் புத்தம் புதிதாய் கிடைக்க ஆரம்பித்து
விடும். இந்தக் காலங்களில் தான் காலி ஃப்ளவர்
பயன்படுத்தி சப்பாத்திக்கான விதம் விதமான
சப்ஜிகள் செய்ய முடியும். இன்று நாம் பார்க்கப்
போகும் [G]கோபி[b] [k]கி [b]புர்ஜி அப்படி ஒரு
சப்ஜி தான்!

தேவையான பொருட்கள்:



காலி ஃப்ளவர் [1], பச்சைப் பட்டாணி [1 கப்],
பெரிய வெங்காயம் [1], தக்காளி [1], பூண்டு [2
பல்], இஞ்சி [ஒரு சிறிய துண்டு], பச்சை மிளகாய்
[1], மல்லிப் பொடி, மிளகாய்ப் பொடி, மஞ்சள்
பொடி, ஆம்கூர், ஜீரகம், பெருங்காயத் தூள்,

எண்ணெய், உப்பு [தேவைக்கு ஏற்ப] மற்றும்
அலங்கரிக்க கொத்தமல்லி தழை. அம்புட்டு
தேன்!

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?:



காலி ஃப்ளவரை தனித் தனிப் பூக்களாக எடுத்த
பிறகு அதை மிதமான சூட்டில் இருக்கும்
தண்ணீரில் சுத்தம் செய்து கொள்ளுங்கள்.
அதனை சிறிய சிறிய துண்டுகளாக கத்தி மூலம்
நறுக்கி வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஒரு
வாணலியில் கொஞ்சம் எண்ணெய் விட்டு,
கொஞ்சம் சூடானதும், அதில் ஜீரகம் போட்டு
பொரிந்தவுடன், பெருங்காயத்தினைச்
சேர்க்கவும். பிறகு சிறிது சிறிதாய் நறுக்கிய

வெங்காயம், பூண்டு மற்றும் இஞ்சியைச்
சேர்க்கவும். பொன்னிறமாக வறுத்துக்
கொள்ளவும்.

மல்லித் தூள், மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள் தூள்
ஆகியவற்றையும் சேர்க்கவும். சற்றே வதக்கிய
பிறகு அதில் நறுக்கி வைத்திருக்கும்
தக்காளியைச் சேர்க்கவும். நன்கு வதக்கிக்
கொள்ளவும். அதன் மேலே நறுக்கி
வைத்திருக்கும் காலி ஃப்ளவர் மற்றும்
பட்டாணியைச் சேர்க்கவும். தேவையான அளவு
உப்பினை மேலே தூவி, பொடியாக நறுக்கிய
பச்சை மிளகாயையும் சேர்த்து நன்கு கலக்கவும்.
நறுக்கி வைத்திருக்கும் ஒரு மூடியால் மூடி
வைக்கவும். தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டிய
அவசியம் இல்லை. பத்து பதினைந்து
நிமிடங்களுக்கு வேக வைக்கவும். நடுநடுவே
கரண்டியால் வதக்கவும்.
பச்சைப் பட்டாணியின் வாசம் மூக்கைத்
துளைத்துக்கொண்டிருக்க, சற்றே மூடியைத்
திறந்து கொஞ்சமாக ஆம்கூர் பொடியைத்

தூவவும். மேலாக ஒரு ஸ்பூன் எண்ணை விட்டு
கரண்டியால் கலக்கவும். இரண்டு மூன்று
நிமிடங்களுக்குப் பிறகு அடுப்பினை நிறுத்தி,
நாம் செய்து முடித்த [G]கோபி[b] [k]கி
[b]புர்ஜியின் மேலாக பொடிப்பொடியாக
நறுக்கிய கொத்தமல்லி தழைகளைத் தூவவும்.

சாதாரணமாகவே குளிர் காலங்களில் மூன்று
வேளையும் சப்பாத்தி தான் சாப்பிட
வேண்டியிருக்கும்! அரிசி சாதம் சாப்பிட்டால்
குளிர் இன்னும் அதிகமாகத் தெரியும்! அதன் கூட
[G]கோபி[b] [k]கி [b]புர்ஜி இருந்து விட்டால்
இன்னும் இரண்டு சப்பாத்திகள் அதிகமாக
உள்ளே இறங்கும் என்பது நிச்சயம்!

என்ன நண்பர்களே, உங்க வீட்ல செய்து
பார்த்துட்டு எப்படி இருந்ததுன்னு
சொல்லுங்களேன்!



சாப்பிட வாங்க: தேப்லா.....



தேப்லா ஒரு குஜராத்தி உணவு வகை. இதில் பல வகைகள் என்றாலும், நாம் பார்க்கப் போவது சாதாரணமாக செய்யக் கூடிய தேப்லா....

தில்லியில் எனக்குத் தெரிந்த ஒரு நண்பர் கர்நாடகத்தினைச் சேர்ந்தவர். அவர் காதலித்து மணம் புரிந்தது ஒரு குஜராத்தி பெண்ணை.

காதலிக்கும் போதே நண்பர் வீட்டில் சொல்லி,
இருவீட்டார் சம்மதம் பெற்று திருமணமும்
புரிந்து கொண்டார். திருமணத்திற்குப் பிறகு
நண்பர் வீட்டிற்கு ஓரிரு முறை சென்றபோது
“தேப்லா” சாப்பிடக் கொடுத்தார்கள்.
அப்பெண்ணிடம் செய்முறையைக் கேட்டுத்
தெரிந்து கொண்டு சில முறை தேப்லா செய்து
சாப்பிட்டதுண்டு. படம் எடுத்து
வைக்கவில்லை! :(

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு [2 கப்], தயிர் [2 கரண்டி],
சமையல் எண்ணை, மஞ்சள் பொடி, மிளகாய்
பொடி, பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி
[சிறிதளவு] மற்றும் உப்பு [தேவைக்கு ஏற்ப].

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?:

கோதுமை மாவுடன் தயிரையும் சேர்த்து, ஒரு
சிட்டிகை மஞ்சள் பொடி, காரத்திற்குத்

தேவையான மிளகாய்ப் பொடி, [பச்சை மிளகாய் கூட சேர்த்துக் கொள்ளலாம்], பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி ஆகிய அனைத்தையும் கலந்து, கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டுக் கொண்டு, சப்பாத்திக்குப் பிசைவது போல பிசைந்து, அதனுடன் ஒரு ஸ்பூன் எண்ணை சேர்த்து, நன்கு பிசைந்து எடுத்து வைக்கவும். பத்து அல்லது பதினைந்து நிமிடங்கள் ஊறிய பிறகு எடுத்து, சிறு சிறு உருண்டைகளாக ஆக்கி, சப்பாத்தி போலவே மெல்லியதாக இட்டுக் கொள்ளவும்.

தவாவில் கொஞ்சம் எண்ணை விட்டு, இட்டு வைத்த தேப்லாவினை போட்டு கொஞ்சம் சூடான பிறகு திருப்பி விடவும். இரண்டு புறமும் எண்ணை தடவி, பொன்னிறமாக ஆகும் வரை காத்திருந்து எடுத்து விடவும். இப்படி பிசைந்து வைத்த மாவு முழுவதும், தேப்லாவாக செய்து எடுத்துக் கொள்ளலாம்!

இதற்கு தொட்டுக்கொள்ள குஜராத்திகள் தரும் ஒரு சைட் டிஷ் “[ch]சண்டா” – இது ஒரு

ஊறுகாய் என்று சொன்னாலும் எனக்குப்
பிடிப்பதில்லை. ஊறுகாய்
தொட்டுக்கொண்டோ, அல்லது வேறு ஏதாவது
சப்ஜி தொட்டுக்கொண்டோ சாப்பிடுவேன்.
“[ch]சுண்டா” என்பது மாங்காயைத் துருவி,
சர்க்கரைப் பாகில் சேர்த்து, செய்வார்கள்.
இனிப்பும், துவர்ப்பும், உரைப்பும் சேர்ந்து ஒரு
கலக்கலான சுவையில் இருக்கும்!
சாப்பிட்டிருக்கிறேன் என்றாலும் அவ்வளவாகப்
பிடிப்பதில்லை!

தேப்லாவிலும் பல வகை உண்டு. கோதுமை
மாவுடன், கொஞ்சம் கடலை மாவு [அல்லது]
கம்பு மாவு சேர்த்தும் செய்வார்கள். கூடவே
துருவிய சுரைக்காய் அல்லது கொத்தமல்லி
தழைகளை பொடிப்பொடியாக நறுக்கி
மாவுடன் சேர்த்து செய்வதுண்டு.
பெரும்பாலான குஜராத்தி மக்கள் பயணம்
செய்யும் போது இப்படி தேப்லாக்கள் செய்து
எடுத்து வருவதுண்டு. இரண்டு மூன்று நாட்கள்
வரை கெட்டுப் போகாது என்று சொல்வார்கள்.

அத்தனை செய்து வைத்து சாப்பிடுகிறோமோ
இல்லையோ, தேவைப்பட்ட போது தயாரித்து
சாப்பிடலாம்!

என்ன நண்பர்களே, இன்றைக்கு உங்க வீட்ல
“தேப்லா” வா! செய்து பார்த்துச்
சொல்லுங்களேன்!



சாப்பிட வாங்க: லிட்டி [ch] சோக்கா



படம்: www.biharandjharkhand.com தளத்திலிருந்து

பீஹார் மாநிலத்தவர்களின் முக்கியமான பண்டிகைகளில் ஒன்று ச்சட் பூஜா. தீபாவளி முடிந்த ஆறாம் நாள் இப்பூஜா கொண்டாடப்படுகிறது. சூரியனையும் சூரியனின் சகோதரியையும் இந்த சமயத்தில் பூஜிக்கிறார்கள். இந்தப் பூஜா பீஹார் மற்றும் ஜார்க்கண்ட் மாநிலத்தவர்களால் கொண்டாடப்படுகிறது. தற்போது உலகின் எல்லாப் பகுதிகளிலும் பீஹார் மாநிலத்தவர்கள்

வசிக்க ஆரம்பித்து விட்டதால் எல்லா
இடங்களிலும் கொண்டாட்டங்கள் உண்டு!

இப்போது நாம் பார்க்கப் போவது இந்தச்
சமயத்தில் செய்யப்படும் ஒரு ஸ்பெஷல் உணவு
வகையான லிட்டி [ch] சோக்கா. குறிப்பாக குளிர்
நாட்களில் இவ்வுணவை தயாரித்து சாப்பிடுவது
வழக்கம். இதைச் செய்வதற்கு சற்றே அதிக
நேரம் எடுக்கும் என்றாலும், சத்தான உணவு
வகை. தேவையான பொருட்கள் என்ன
என்பதைப் பார்த்து விடுவோம்....

லிட்டி செய்ய:

கோதுமை, ஓமம், நெய், தயிர், சோடா உப்பு
மற்றும் உப்பு. இது தவிர லிட்டியின் உள்ளே
வைக்கும் பித்தி எனும் பூரணம் செய்ய, சத்து
[கடலைப் பருப்பில் செய்யப்படுவது], இஞ்சி,
பச்சை மிளகாய், தனியா, ஜீரகம், ஓமம், கடுகு
எண்ணை, மாங்காய் ஊறுகாய் விழுது,
எலுமிச்சை சாறு மற்றும் உப்பு!

[ch]சோக்கா செய்வதற்கு:

பெரிய கத்திரிக்காய், தக்காளி, பச்சை மிளகாய், தனியா, இஞ்சி, உப்பு, கடுகு எண்ணை

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?:



படம்: <http://www.myspicykitchen.net/>

தளத்திலிருந்து...

லிட்டி செய்ய:

கோதுமை மாவு, சோடா உப்பு, நெய், மற்றும் ஓமத்தினை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு கலந்து கொள்ளுங்கள். கொஞ்சம் தண்ணீரும் சேர்த்து

சப்பாத்திக்குப் பிசைவது போல பிசைந்து மூடி வைத்து விட வேண்டும்.

பித்தி எனும் பூரணம் செய்ய:

இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், மற்றும் தனியா ஆகியவற்றை சுத்தம் செய்து நன்றாக பொடி செய்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு பாத்திரத்தில் சத்து [கடலைப் பருப்பினை வறுத்து பொடி செய்வது] எடுத்துக் கொண்டு அதில் பொடி செய்த இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், தனியா, எலுமிச்சை சாறு, உப்பு, ஜீரகம், ஓமம், கடுகு எண்ணை, மாங்காய் ஊறுகாய் விழுது ஆகியவற்றை சேர்த்து கலந்து கொள்ளவும். இரண்டு மூன்று ஸ்பூன் தண்ணீர் சேர்த்துக் கலந்து கொள்ளலாம்.

இதற்குள் மாவு நன்கு ஊறி இருக்கும். அதை எடுத்து சிறு சிறு உருண்டைகளாக பிரித்துக் கொள்ளவும். ஒரு உருண்டையை எடுத்து கொழுக்கட்டைக்குச் செய்வது போல கையால்

செய்து ஒன்று அல்லது ஒன்றரை ஸ்பூன் பித்தி எனும் பூரணத்தினை சேர்க்கவும். அதை சத்து வெளியே வராமல் மூடி உருண்டையாக்கி பின் கொஞ்சம் அழுத்தி எடுத்து வைக்கவும். எல்லா உருண்டைகளையும் இப்படிச் செய்த பிறகு, இதை நெய்யில் பொரித்து எடுக்கலாம். அல்லது Microwave Oven அல்லது Electric Oven கொண்டு bake செய்யலாம்.

[ch]சோக்கா செய்ய:

பெரிய கத்திரிக்காய் எடுத்து அடுப்பில் மிதமான தீயில் நேராக வைத்துச் சுடவும். அவ்வப்போது திருப்பி விட்டுக் கொண்டிருந்தால் சில நிமிடங்களில் நன்றாக வெந்து விடும். அதை எடுத்து தனியே ஆற விடவும். அதே போல தக்காளியையும் தணலில் வாட்ட வேண்டும். உருளைக்கிழங்கை வேக வைத்து தோல் உரித்துக் கொள்ள வேண்டும்.

கத்திரிக்காய் [ch]சோக்கா: சுட்டு வைத்திருக்கும் கத்திரிக்காயை எடுத்து மேலே கருகியிருக்கும் தோலை நீக்கி, கத்திரிக்காயை மட்டும் நன்றாக மசித்து விடுங்கள். அதிலே நறுக்கி வைத்த தனியா, பச்சை மிளகாய், உப்பு மற்றும் எண்ணை சேர்த்து கலக்கி வைத்தால் [ch]சோக்கா தயார்.

உருளைக்கிழங்கு [ch]சோக்கா: வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கை மசித்து அதனுடன் மிளகாய்ப் பொடி, உப்பு, பொடித்து வைத்த இஞ்சி, தனியா, பச்சை மிளகாய் ஆகியவற்றைச் சேர்த்து கலந்து கொண்டால் இதுவும் தயார்.

சுட்டு வைத்திருக்கும் தக்காளியையும் நன்கு மசித்து கொஞ்சமாக உப்பு சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

லிட்டியை எடுத்து இரண்டாக பிளந்து நெய்யில் முக்கி எடுத்து தட்டில் வைத்துக் கொள்ளவும், ஒரு சிறிய கிண்ணத்தில், கொஞ்சம்

உருளைக்கிழங்கு [ch] சோக்கா போட்டு, அதன்
மேல் கத்திரிக்காய் [ch] சோக்கா போடவும்.
அதன் மேலே கொஞ்சம் மசித்து வைத்த
தக்காளியையும் சேர்த்து, பிறகு
பொடிப்பொடியாக நறுக்கிய தனியாவை
தூவிக் கொள்ளவும். லிட்டியைக் கொஞ்சமாக
எடுத்து இந்தக் கலவையைத் தொட்டுகொண்டு
சாப்பிட வேண்டியது தான்!

அம்மாடி ஒரு வழியா முடிஞ்சது! இவ்வளவு
வேலையும் செய்ய சுமார் ஒரு மணி நேரம்
ஆகலாம். இவ்வளவு வேலையா இதுக்கு
செய்யணும்னு நினைச்சா, யாராவது பீஹார்
மாநில நண்பர் இருந்தால், அவரை அழைத்து
இதோ உங்க வீட்டுக்கு லிட்டி [ch] சோக்கா
சாப்பிட வந்துட்டே இருக்கேன் அப்படின்னு
சொல்லிட்டு வீட்டுக்குப் போயிடுங்க! தராமலா
இருந்துடுவாங்க!



சாப்பிட வாங்க: டேகுவா



படம்: இணையத்திலிருந்து.....

டேகுவா – பெயரைப் பார்த்தவுடன் ஏதோ சைனீஸ் உணவு வகை போல என நினைக்க வேண்டாம் நண்பர்களே... இதுவும் ஒரு இந்திய உணவு வகை தான்.

பீஹார் மாநிலத்தவர்களின் முக்கிய பண்டிகையான ச்சட் பூஜா சமயத்தில் செய்யப்படும் ஒரு ஸ்பெஷல் உணவு வகையான

லிட்டி [ch] சோக்கா பற்றிய குறிப்புகளை முன்பு பார்த்தோம். அதே சமயத்தில் அவர்கள் செய்யும் ஒரு இனிப்பு வகையைத் தான் பார்க்கப் போகிறோம். அந்த இனிப்பிற்கு டேகுவா [Thekua] என்று பெயர். லிட்டி [ch] சோக்கா போல இதைச் செய்வது கடினமான விஷயம் அல்ல! சுலபமாகச் செய்து விடலாம்.

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு [300 கிராம்], வெல்லம் [150 கிராம்], துருவிய தேங்காய் [50 கிராம்], நெய் [2 ஸ்பூன்], ஏலக்காய் [5] மற்றும் பொரிப்பதற்கு எண்ணெய்.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?:



ஒரு கப் தண்ணீல் வெல்லம் சேர்த்து அதைச்
சூடாக்கவும். வெல்லம் கரைந்ததும்
வடிகட்டிக்கொள்ளவும். சூடாக இருக்கும் அதில்
ஏலக்காய் [தோல் நீக்கியது] பொடி செய்து
போடவும். அதன் மேல் இரண்டு ஸ்பூன் நெய்
சேர்க்கவும். கரைசல் சூடாக இருப்பதால் நெய்
சுலபமாகக் கரைந்து விடும். கரைசலை
கொஞ்சம் ஆறவிடவும்.

கோதுமை மாவில் துருவிய தேங்காயைச்
சேர்க்கவும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வெல்லக்
கரைசலைச் சேர்த்து நன்கு பிசைந்து
கொள்ளவும். சப்பாத்திக்கு மாவு பிசைவது
போலவே தான். அதிகமான வெல்லக் கரைசல்
சேர்ப்பதைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஒரு
வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு சூடாக்கவும்.
மிதமான தீயில் வைத்துவிட்டு, கொஞ்சம்
கொஞ்சமாக மாவு எடுத்துக் கொண்டு கொஞ்சம்
தட்டையாக தட்டிக் கொள்ளவும். பீஹார்
மாநிலத்தில் இதற்கு சாஞ்சா எனும் மர அச்சு
கிடைக்கிறது. மாவு உருண்டையை சாஞ்சாவில்

அமுக்கி எடுத்தால் ஒரு வித design/pattern அதில் கிடைக்கிறது. இது இல்லாவிட்டால், எதாவது ஒரு பிளாஸ்டிக் மூடி வைத்தும் அழுத்தி, செய்து கொள்ளலாம்!



சாஞ்சா எனும் மர அச்சு

இதைச் செய்து முடிப்பதற்குள் எண்ணெயும் மிதமான சூடாகி இருக்கும். செய்து வைத்த டேகுவா-க்களை ஒவ்வொன்றாக எண்ணெயில் பொரிக்க வேண்டும். பொன்னிறமாக ஆகும் வரை பொரித்து எடுத்து ஒரு தட்டில் வைத்து சூடாறியதும், சாப்பிடலாம்! ஒரு மாதம் வரை இந்த டேகுவா கெட்டுப் போகாது.

அலுவலகத்தில் நான்கு-ஐந்து பீஹார் மாநிலத்தவர்கள் உண்டு. அதனால் ச்சட் பூஜா

சமயத்தில், வாரம் முழுவதும் யார்
வீட்டிலிருந்தாவது இந்த டேகுவா கொண்டு
வந்துவிடுவார்கள் என்பதால் வருடா வருடம்
இதைச் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருக்கிறோம்.
கொஞ்சம் கடிப்பதற்கு கஷ்டமாக இருக்கும்
என்பதையும் இங்கே சொல்லி விடுகிறேன் - பல்
ஆட்டம் இருந்தால் பார்த்து பொறுமையாக
சாப்பிடுவது நல்லது!

மேலே கூறியது தவிர மாவுடன் முந்திரிப்பருப்பு,
பாதாம் அல்லது பிஸ்தா போன்ற
பருப்புகளையும் சிறிய துண்டுகளாக்கி சேர்த்தும்
செய்து கொள்வது உங்கள் விருப்பம். இவை
எதுவும் சேர்க்காத டேகுவா கூட நன்றாகவே
இருக்கும்!



சாப்பிட வாங்க: புதினா தேநீர்

ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில் உள்ள ஒரு இடம் உதைப்பூர். உதைப்பூர் அருகே பஞ்ச துவாரகா என அழைக்கப்படும் ஸ்தலங்களில் ஒன்றான நாத்துவாரா இருக்கிறது. அருமையான கோவில். கோவில் விஷயங்கள் இங்கே எதற்கு? இப்போதைக்கு சாப்பாட்டு விஷயத்தினைப் பார்க்கலாம்!

நாத்துவாராவில் கிடைக்கும் தேநீர் மிகவும் பிரபலமான ஒன்று. தேநீரின் சுவை அபாரமாக இருந்தால் ஒன்று மட்டும் போதுமா என்ன! இரண்டு கப் [மிகச் சிறிய அளவு!] தேநீர் அருந்தினோம். ஒரு கப் தேநீர் பத்து ரூபாய் மட்டுமே. அந்த தேநீரில் அப்படி என்ன விசேஷம் என்பதையும் சொல்லாமல் விடக்கூடாதே!



**புதினா, இஞ்சி, ஏலக்காய் போன்றவற்றை
கல்லில் தட்டிப் போட்டு,
தேநீர் தயார்! வாங்க!**

சாதாரணமாக நாம் தேநீர் தயாரிக்கும்போது, பால், சர்க்கரை, டீத்துள் ஆகியவை மட்டுமே போடுவோம். சில சமயங்களில் ஒரு சிறு துண்டு இஞ்சியும், ஏலக்காயும் தட்டிப் போடுவதுண்டு. இங்கே இஞ்சி, ஏலக்காய் தவிர, புதினா இலைகள், மிளகு மற்றும் கற்பூரப் புல் [Lemon Grass] ஆகியவையும் தட்டிப் போட்டு தேநீர் தயாரிக்கிறார்கள். அப்படி ஒரு சுவை அந்த தேநீரில். கண்டிப்பாக ஒரு கப் தேநீரோடு நிறுத்த

முடியாது! நாங்களும் ஒவ்வொரு முறை தேநீர்
அருந்தும்போதும் இரண்டு கப் தேநீரை உள்ளே
தள்ளினோம்!



சாப்பிட வாங்க: பஞ்சீரி லட்டு.....



தீபாவளி சமயத்தில் கிடைக்கும் ஒரு இனிப்பு பற்றி தான் இப்போது பார்க்கப் போகிறோம். அதற்கு பஞ்சீரி லட்டு என்று பெயர். சிலர் இதைக் கோந்து லட்டு என்றும் சொல்வதுண்டு. தீபாவளி சமயத்தில் இந்த லட்டு செய்வது வழக்கம். குளிர் காலத்திலும் செய்து சாப்பிடுவார்கள் – உடலுக்குச் சூடு தரும் என்பதால். இதைச் செய்ய என்ன பொருட்கள் தேவை என்று பார்க்கலாம்....

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு [1.5 கிலோ], புரா [சீனி பொடி] [1 கிலோ], நெய் [3/4 கிலோ], பாதாம் [100 கிராம்], முந்திரி [100 கிராம்], உலர் திராட்சை [100 கிராம்], தேங்காய் துருவியது [150 கிராம்], மக்கானா [Puffed Lotus Seed] [50 கிராம்], கசகசா [100 கிராம்], கோந்து [50 கிராம்]
[சாப்பிடக்கூடியது... வீட்டுல ஒட்டறதுக்கு பசங்க வச்சி இருக்கறத எடுத்து இதுல கொட்டிடாதீங்க.... அப்படி சேர்த்தால் குப்பையில் கொட்ட வேண்டியதுதான்!] சுக்குப் பொடி [3 ஸ்பூன்]! இவ்வளவு தான். இவ்வளவு பொருட்களா என்று மலைப்பவர்களுக்கு... அத்தனையும் சத்தான பொருட்கள்! வடக்கில் கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கும் இந்தக் கோந்து லட்டு தருவது வழக்கம்.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?:

கனமான வாணலி எடுத்துக் கொண்டு இரண்டு கப் நெய் விட்டு பாதாம், முந்திரி, தேங்காய்,

திராட்சை, கோந்து ஆகியவற்றை தனித்தனியே
பொன்னிறமாக வறுத்து எடுத்துக்
கொள்ளுங்கள். கசகசாவையும் மிதமான தீயில்
வறுத்து எடுத்து வைத்துக் கொள்ளுங்கள்.
மக்கானாவையும் வறுத்துக் கொள்ளுங்கள். சூடு
ஆறியதும், பாதாம், முந்திரி, கோந்து
ஆகியவற்றைக் கொஞ்சமாக பொடித்துக்
கொள்ளுங்கள்.

அடுத்து வாணலியில் நெய் விட்டு, சிறிது
சூடான பிறகு கொஞ்சம் கொஞ்சமாக கோதுமை
சேர்த்து மிதமான தீயில் வறுக்க வேண்டும்.
கட்டியில்லாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.
பொன்னிறமாகும் வரை வறுத்துக் கொண்டே
இருக்க வேண்டும். இது நீண்ட சமயம் எடுக்கும்
என்பதால் உங்கள் பொறுமை கடல் அளவுக்கு
இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் வறுத்த கோதுமையை
வாணலியிலிருந்து மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.
அதற்கு மேல் உடைத்து வைத்த பாதாம், முந்திரி

மற்றும் கோந்து ஆகியவற்றையும், திராட்சை, புரா [சீனிப் பொடி], வறுத்த கசகசா, மக்கானா ஆகிய அனைத்தையும் கலந்து கொள்ளுங்கள். கொஞ்சம் நெய் சூடாக்கி கலந்து வைத்ததன் மீது கொட்டி நன்றாகக் கலந்து கொள்ள வேண்டும்.

நன்கு கலந்து கொள்ளுங்கள். இதற்குள் கொஞ்சம் சூடு ஆறி இருக்கும். கொஞ்சம் கொஞ்சமாக எடுத்து சாதாரண லட்டு பிடிப்பது போலவே கலவையை லட்டாக பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். காற்றுப் புகாத பாட்டிலில் லட்டுகளை எடுத்து வைத்துக் கொண்டால் சில நாட்கள் வரை கெட்டுப் போகாது.

இத்தனை பொறுமையும் வேலையும் இதற்குச் செய்யவேண்டுமா என்று அலுப்பாக இருக்கலாம்! அப்படி இருப்பவர்கள் எப்படிச் சாப்பிடுவது என்ற கவலை கொள்ள வேண்டாம். *Haldiram, Bikaner Wala [Bikano]* போன்ற நிறுவனங்கள் இவற்றைத் தயார் செய்து விற்கிறார்கள். வாங்கி இஷ்டம் போல

சாப்பிடலாம்! சத்தான லட்டு இது. பஞ்சாப்
பிரதேசங்களில் இந்த லட்டுவை தீபாவளி
சமயத்திலும், குளிர் காலம் முழுவதுமே கூட
சாப்பிடுகிறார்கள். மேலும் குழந்தை பிறந்த
பிறகு பெண்களுக்குச் சக்தி கொடுக்கும்
என்பதால் இளம் தாய்மார்களுக்கும்
கொடுக்கிறார்கள்.

என்ன நீங்களும் பஞ்சீரி லட்டு செய்து சாப்பிடப்
போகிறீர்கள் தானே?



சாப்பிட வாங்க: புளி போட்ட பாயசம்

அஹமதாபாத் நகரிலிருந்து சுமார் 115
கிலோமீட்டர் தொலைவில் இருக்கும்
சித்தாபூருக்கு குஜராத் மாநில நெடுஞ்சாலை 41
வழியாகச் சென்றால் சுமார் இரண்டு மணி
நேரமாகலாம். மிகவும் சிறப்பு வாய்ந்த
இவ்விடத்திற்கு காந்திநகர், மெஹ்சானா
வழியாக ஒரு முறை சென்றிருந்தேன். என்னுடன்
வந்திருந்தவர் மாத்ரு கயா என அழைக்கப்படும்
இவ்விடத்தில் மறைந்த தனது தாயாருக்கு ஈமக்
கடன்கள் செய்ய வந்திருந்தார். அவர்களை
அங்கே இருக்கும் உத்திராதி மடத்தில்
விட்டுவிட்டு நானும் ஓட்டுனரும் காலை
உணவினை எடுத்துக்கொள்ள ஒரு
உணவகத்திற்கு விரைந்தோம். அங்கே கிடைத்த
அனுபவம் தான் இங்கே சொல்லப் போவது!

முக்கியச் சாலையில் தான் உணவகங்கள்
இருக்குமென்று சொல்ல, அங்கு விரைந்தோம்.
பார்த்த முதல் உணவகமே பிடித்துப் போனது –
சரி என உள்ளே நுழைந்தோம். மெனு கார்டு
பார்த்து ஓட்டுனர் இட்லி சாம்பார் சொல்ல,
நானும் யோசிக்காது அதையே சொல்லி
விட்டேன் – அது தவறென்று உணவு
வந்தபின்னர் புரிந்தது! ஒழுங்காக போஹா
சொல்லி இருக்கலாம்! போஹா என்பது அவல்....
அவல் பயன்படுத்தி உப்புமா மாதிரி செய்து
கொடுப்பார்கள். அதை விட்டு இட்லி சொன்னது
பிசகு!

”இட்லியும் வந்தது கூடவே சாம்பாரும்
வந்தது..... வாயில் கொஞ்சம் போனது! அதன்
சாயம் வெளுத்தது!” மூன்றாம் பிறை படத்தில்
கமல் பாடிய நரிக்கதை மாதிரி இட்லி-
சாம்பாரின் சாயம் வெளுத்தது! இட்லி
ரொம்பவே ஸ்ட்ராங்க்! யாரையாவது அடிக்க
வேண்டுமெனில் விட்டு எறிந்தால் கபாலம்

காலியாகிவிடுவது உறுதி! சாம்பாரில்
முக்கியாவது சாப்பிடுவோம் என அதைச் செய்ய,
புளி போட்ட பாயசம் சாப்பிட்ட உணர்வு!
சாம்பாரில் அத்தனை வெல்லம் போட்டு
இருந்தது! ஒரு வழியாக இட்லிகளை உள்ளே
தள்ளி அவற்றை வயிறு வரை அனுப்ப மேலே
ஒரு தேநீரையும் உள்ளே தள்ளினேன்!



சாப்பிட வாங்க: சுண்டல் சப்ஜி!

சுண்டல்-னா என்ன? அப்படின்னு நீங்க நிச்சயமா கேள்வி கேட்க மாட்டீங்க! நவராத்திரி சமயம் - எனக்கு சுண்டல் வாங்கிக் கொள்ளவும் கொலு பார்க்க வாங்க என்றும் சில அழைப்புகள் வந்து விட்டன! இப்படி வரும் அழைப்புகள் தவிர, ”எங்க வீட்டு கொலுவை புகைப்படம் எடுத்துக் கொடுங்க!” என்றும் சில அழைப்புகள். :)

இப்படி நிறைய வீட்டுல ஒரே நாள் போய் சுண்டல் கிடைச்சா, எல்லாத்தையும் அன்னிக்கே தின்னு தீர்க்க முடியாது இல்லையா. மிஞ்சிப் போய் கொட்டவும் மனசு வராது! பழேத்து பொட்டி [அதாங்க *Fridge!*] ல வெச்சு சாப்பிட நமக்கு பிடிக்காது. அதான் நவராத்திரி ஒன்பது நாளும் கிடைக்குமே! அப்ப என்ன பண்ணலாம்!

அதுக்கு ஒரு வழி இருக்குங்க! அதான் சுண்டல் சப்ஜி!

இதை எப்படி செய்யறதுன்னு எங்க வீட்டு அம்மணி அவங்க வலைப்பூவில் சில வருடங்கள் முன்னாடி எழுதியது இந்த சமையல் குறிப்பு!

தேவையானப் பொருட்கள் :

சுண்டல் – ஒன்றிலிருந்து ஒன்றரை கப் (மூன்று நான்கு விதமான பயறுகள் இருந்தால் அதிலும் முக்கியமாக வேர்க்கடலை இருந்தால் நன்றாக இருக்கும்).

பெரிய வெங்காயம் – 2

தக்காளி – 2

இஞ்சி – ஒரு சின்ன துண்டு

பச்சை மிளகாய் – 1 (அ) 2

மிளகாய்த்தூள் – $\frac{1}{2}$ டீஸ்பூன்

மல்லித்தூள் – 1 டீஸ்பூன்

மஞ்சள்தூள் – $\frac{1}{4}$ டீஸ்பூன்

கரம் மசாலா – ½ டீஸ்பூன்
உப்பு – சிறிதளவு (சுண்டலிலேயே உப்பு
இருக்கும் இது க்ரேவிக்கு)
எண்ணெய் – தேவையான அளவு

தாளிக்க:

சீரகம் - சிறிதளவு

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

வெங்காயத்தை தோலுரித்து நான்காக வெட்டிக்
கொள்ளவும். தக்காளியையும் வெட்டிக்
கொண்டு, இஞ்சியை சுத்தம் செய்து
தோலுரித்துக் கொள்ளவும். மிக்சியில்
வெங்காயம், தக்காளி, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய்
இவற்றைப் போட்டு நன்கு அரைத்துக்
கொள்ளவும். ஒரு வாணலியில் தேவையான
அளவு எண்ணெய் விட்டு சீரகம் தாளித்து
அரைத்த விழுதை சேர்த்து நன்கு வதக்கிக்
கொண்டு அதில் கொடுக்கப்பட்டுள்ள

மிளகாய்த்தூள், மஞ்சள்தூள், கரம் மசாலா,
மல்லித்தூள், சிறிதளவு உப்பு ஆகியவற்றை
சேர்த்து நன்கு வதக்கிக் கொள்ளவும்.
வதங்கியதும் இதில் சுண்டலை சேர்த்து ஒரு
பிரட்டு பிரட்டி அதில் தேவையான அளவு
தண்ணீர் விட்டு ஐந்திலிருந்து பத்து நிமிடம்
கொதிக்க விட்டால் சுவையான சுண்டல் சப்ஜி
சாப்பிட தயார். இது சப்பாத்திக்கு தொட்டுக்
கொண்டு சாப்பிட ஏற்ற காம்பினேஷன்.

என்ன சுண்டல் Collection-க்காகவே
கிளம்பிட்டீங்களா? இது ரொம்ப ஓவர்! நிறைய
விதமா கிடைச்சா செய்து பாருங்க சரியா!



சாப்பிட வாங்க: காச்ரி சட்னி!



காச்ரி சட்னி

செப்டம்பர் அக்டோபர் மாதங்களில் வட
இந்தியாவில் குறிப்பாக ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில்

கம்பு, கேழ்வரகு போன்றவற்றை சாகுபடி
செய்யும் நிலங்களில் ஊடு பயிராக காச்ரி எனும்
ஒரு காய் காய்க்கும் கொடியும் வளர்கிறது.
வெள்ளரி வகையைச் சேர்ந்த இக்காய் சற்றே
புளிப்பாக இருக்கும். இதனை சட்னியாகவும்,
பொடியாகவும் செய்து பயன்படுத்துவார்கள்.
பொதுவாக ராஜஸ்தானிய உணவுகளில் ஆம்சூர்
பொடிக்கு பதில் இந்த காச்ரி பொடியும்
பயன்படுத்துவார்கள். தக்காளி இல்லாத
சமயங்களில் அதற்கு பதிலாக இந்த காச்ரியை
சிறிய துண்டுகளாக வெட்டி சேர்த்துக்
கொள்வதும் உண்டு!

ஹரியானா மாநிலத்தில் வசிக்கும் அலுவலக
சிப்பந்தி ஒருவர் அவரது நிலத்தில் விளைந்தது
என்று கொஞ்சம் காச்ரியை கொண்டு வந்தார்.
எனக்கு வேண்டாம் என்று மறுத்தாலும்
கட்டாயப்படுத்தி கொடுத்து விட்டார். அவர்
இங்கே தனியாக, அலுவலக விடுதியில்
தங்குவதால் சமைக்க முடியாது என்றும்
அதனால் என்னிடம் கொடுத்து சட்னி செய்து

சாப்பிடச் சொல்ல, காச்ரி சட்னி செய்வது எப்படி
என்று தெரியாது எனச் சொல்ல, செய்முறையும்
சொல்லிக் கொடுத்தார்!



இதாங்க காச்ரி....

சரி இந்த காச்ரி-யை ஒரு கை பார்த்து விடுவது
என்ற நோக்கத்துடன் களத்தில் இறங்கினேன்!
செய்து முடித்து சுவைத்தால் நன்றாகவே
இருந்தது. சப்பாத்தி, பூரி, என அனைத்துடனும்
இச்சட்னியை ருசிக்கலாம்! பொதுவாக வறண்ட
பூமியில் வளரும் என்று சொன்னாலும், நம்
கிராமங்களிலும் இது கிடைக்கும் என
நினைக்கிறேன். உங்கள் வசதிக்காக காச்ரி

காய்களை படம் பிடித்து இங்கே
இணைத்திருக்கிறேன்.

தேவையான பொருட்கள்:

காச்ரி – 250 கிராம்

பச்சை மிளகாய் – இரண்டு

பூண்டு – 10 பல்

உப்பு – தேவையான அளவு

மஞ்சள் தூள் – $\frac{1}{2}$ ஸ்பூன்.

மிளகாய்த் தூள் – $1 \frac{1}{2}$ ஸ்பூன்.

தாளிக்க – ஜீரா ஒரு ஸ்பூன் மற்றும் எண்ணெய்.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

காச்ரியை தோல் அகற்றி துண்டுகளாக வெட்டிக்
கொள்ளவும். பச்சை மிளகாயையும்
ஒன்றிரண்டாக வெட்டிக் கொண்டு, பூண்டு
தோல் உரித்து மூன்றையும் அரைத்துக்
கொள்ளவும். வாணலியில் தேவையான அளவு
எண்ணெய் விட்டு, கொஞ்சம் காய்ந்ததும்,

மிதமான தீயில் வைத்து ஜீராவை போட்டு
பொரிந்ததும், மஞ்சள் பொடியை சேர்க்கவும்.
அதன் பிறகு அரைத்து வைத்த விழுதினை
போட்டு, உப்பு, மிளகாய்த் தூள் சேர்த்து கலந்து
வாணலியை மூடி வைக்கவும். பத்து பதினைந்து
நிமிடங்களில் காசு்ரி சட்னி தயார்!

வேண்டுமெனில் மேலாக கொத்தமல்லி
தழைகளை தூவி அழகு படுத்தலாம்! காசு்ரி
எல்லா நாட்களிலும் கிடைக்காது என்பதால்
இதனை காய வைத்து பொடியாகவும் வைத்துக்
கொள்வார்களாம். *Kachri Powder* என்ற
பெயரிலேயே கடைகளிலும் கிடைக்கிறது. காசு்ரி
புரதச் சத்து நிறைந்தது என்பதும் இங்கே சொல்ல
வேண்டிய விஷயம்!

என்ன நம்ம ஊர்ல கிடைக்குதான்னு பார்த்து
செய்து பார்க்க தானே போறீங்க!



சாப்பிட வாங்க: [GH]கேவர்



இது ஒரு ராஜஸ்தானிய இனிப்பு பற்றி பார்க்கப் போகிறோம். ராஜஸ்தானிய உணவு என்று சொன்னாலும், உத்திரப் பிரதேசம், ஹரியானா பகுதிகளிலும் இந்த இனிப்பு செய்கிறார்கள். பெரிய தட்டு போன்று இருக்கும் ஆனால் நடுவில் ஓட்டையாக இருக்கும் இந்த இனிப்பை அடுக்கி வைத்திருப்பது பார்க்கும்போதே என்ன

இது புதுசா இருக்கே என்று தில்லி வந்த புதிதில்
அதிசயமாய் பார்த்ததுண்டு - பட்டிக்காட்டான்
மிட்டாய் கடையைப் பார்த்தது போல! ஒரு
மெல்லிய துணியால் மூடி வைத்திருப்பார்கள்...
ஆனாலும் ஈக்கள் மேலே பறந்து
கொண்டிருப்பதைப் பார்த்து, [gh]கேவர் வாங்கி
சாப்பிடாமல் நகர்ந்து விடுவேன்.

தில்லி நகரில் “பழைய தில்லி” என
அழைக்கப்படும் பகுதியில் இருக்கும் சாந்த்னி
சௌக் - இங்கே பல விதமான பாரம்பரிய
உணவுக் கடைகள் உண்டு. பரான்டே வாலி கலி
என அழைக்கப்படும் மிகவும் புகழ் பெற்ற
தெருவிற்கு அருகே இருக்கும் ஒரு இனிப்பு
கடை - கன்வர்த்ஜி! 100 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக
இந்த கடை இங்கே கோலோச்சுகிறது. ஒரு
முறை சாந்த்னி சௌக் பக்கம் செல்லும் போது
இந்த கடை வழியே செல்ல நேர்ந்தது. உள்ளே
பார்த்தால் [gh]கேவர்.... கண் சிமிட்டி என்னை
வா வா என்றது. ஆனது ஆகட்டும் என நானும்
அதில் மயங்கி உள்ளே சென்று விட்டேன்.

பரவாயில்லை – மற்ற இடங்களைப் போல
இங்கே ஈக்கள் மொய்க்கவில்லை. சுத்தமாக
இருந்தது.

[gh] கேவர்.... இங்கே மூன்று நான்கு வகை
[gh] கேவர் பார்வைக்கு வைத்திருந்தார்கள் –
சாதா, மாவா, மலாய் [gh] கேவர். முதலில் சாதா
[gh] கேவர் வாங்கி சாப்பிட்டு பார்த்தேன்.
பிடித்திருந்தது. அதன் பிறகு மற்ற
வகைகளையும் கொஞ்சம் கொஞ்சம் வாங்கி
சாப்பிட அனைத்துமே பேரானந்தம் தந்தன.
அந்த முதல் முறைக்குப் பிறகு ஒவ்வொரு
சீசனிலும் [gh] கேவர் சுவைப்பது வழக்கமாக
இருந்தது. சீசனில் மட்டும் தான் கிடைக்கும்
எனில் எப்போது?

பொதுவாகவே [gh] கேவர் தீஜ் திருவிழாவின்
போது தான் அதிகம் தயாரிக்கப்படுகிறது. தீஜ்
திருவிழா ஜூலை-ஆகஸ்ட் மாதங்களில்
கொண்டாடப்படுகிறது. வட இந்தியாவிலும்
நேபாளிலும் கொண்டாடப்படும் திருவிழா. இத்

திருவிழா சமயத்தில் செய்யப்படும் முக்கியமான இனிப்பு [gh] கேவர்தான். ரக்ஷா பந்தன் சமயத்திலும் செய்வார்கள்.

தேவையான பொருட்கள்:

[gh] கேவர் செய்ய தேவையானது மைதா, மக்காச்சோள மாவு, நெய், சீனி, கொஞ்சம் பால், சோடா உப்பு. வட இந்திய இனிப்பு செய்யும்போது கேவ்ரா எசன்ஸ் என்று ஒன்றை இரண்டு மூன்று சொட்டுகள் சேர்ப்பார்கள். அது வேறொன்றுமில்லை – தாழம்பூ எசன்ஸ்! அலங்கரிக்க, பாதாம் துண்டுகள்.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

[gh] கேவர் செய்ய கொஞ்சம் பொறுமை வேணும்! மைதா/சோள மாவு நீர்க்க கரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். சர்க்கரை பாகு வைக்க வேண்டும். நெய் சூடு செய்து அதிலே மாவு கொஞ்சம் கொஞ்சமா விட்டுக் கொண்டே இருக்க, [gh] கேவர் தயாராகும்.

தில்லியில் மட்டும் தான் கிடைக்கும் என்று இல்லை. சென்னையிலும் சில வட இந்திய இனிப்பு கடைகளில் ஜூலை-ஆகஸ்ட் மாதங்களில் [gh] கேவர் கிடைக்கிறது. கிடைக்காதவங்க என்ன பன்றது என்று அங்கலாய்க்க வேண்டாம் – இங்கே பார்த்து மானசீகமா சாப்பிடுங்க!



சாப்பிட வாங்க: சான்வி!



ஆங்கிலத்தில் *Sandwich* என்பதைத் தான் தவறுதலாக தமிழில் "சான்வி" என்று எழுதி விட்டேனோ என்று குழம்ப வேண்டாம் நண்பர்களே. இன்று நாம் பார்க்கப் போகும் ஒரு இனிப்பின் பெயர் தான் இந்த சான்வி. இதற்கு "பர்வல் கி மிட்டாய்" என்ற பெயரும் உண்டு. இந்த இனிப்பு பெரும்பாலும்

பீஹார்/ஜார்க்கண்ட் மாநிலத்தில் செய்யப்படும் ஒரு இனிப்பு வகை.

எங்கள் அலுவலகத்தில் பீஹார் மாநிலத்தினைச் சேர்ந்த ஒரு இளைஞர் இருக்கிறார். அவரது அன்னை கிராமத்திலிருந்து இந்த வாரம் தில்லிக்கு மகனைப் பார்ப்பதற்காக வந்தார். அப்படி வரும்போது கிராமத்திலிருந்து செய்து எடுத்து வந்திருந்த இனிப்பு தான் இந்த சான்வி எனப்படும் பர்வல் கி மிட்டாய். நிறையவே எடுத்து வந்திருந்த காரணத்தினால் அலுவலகத்திற்கும் கொண்டு வந்து எங்களுக்கும் கொடுத்தார். பார்க்கும்போது “எப்படி இருக்குமோ? என்ற எண்ணம் இருந்தாலும் சாப்பிட்ட பிறகு ”இன்னும் ஒன்று கிடைக்குமா?” என்ற கேள்வி மனதிற்குள் பிராண்டியது!



முதலில் பர்வல் என்றால் என்ன என்று
பார்த்துவிடுவோம்! இது ஒரு காய்கறி.
தமிழகத்தில் இந்த காய்கறி கிடைப்பதாகத்
தெரியவில்லை. புடலங்காய், பாவக்காய்
போன்று இதுவும் “Gourd” வகையைச் சார்ந்தது.
பார்க்க, கோவைக்காய்க்கு பெரியக்கா மாதிரி
இருக்கும்! இந்த காய்கறியை சப்ஜி/பொரியலாக
சமைத்துச் சாப்பிடுவதுண்டு. ஆனால் இதிலும்
இனிப்பு செய்யலாம் என்பது இப்போது தான்
தெரிந்தது! சரி எப்படிச் செய்ய வேண்டும் என
பார்க்கலாமா?

தேவையான பொருட்கள்:

பர்வல் – 250 கிராம் [தோலெடுத்து, குறுக்கே வெட்டி [துண்டு பட்டுவிடாமல்], உள்ளே இருக்கும் விதைகளை நீக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

கோயா/மாவா – 1 கப்

சர்க்கரை – $1\frac{1}{2}$ கப்

பச்சை ஏலக்காய் பொடி – $\frac{1}{4}$ ஸ்பூன்.

பாதாம் – 10 [உடைத்தது]

பிஸ்தா – 10 [உடைத்தது]

பால் பவுடர் – 2 ஸ்பூன்.

ஆப்பசோடா – 1 சிட்டிகை

குங்குமப்பூ – சில இதழ்கள்.

Silver Warq – அலங்காரம் தேவையெனில்!

எப்படிச் செய்யணும் மாழு?

முதலில் பர்வல் உள்ளே வைத்து *Stuff* செய்ய

கோயாவை மிதமான சூட்டில் வதக்க

வேண்டும். மிருதுவாக ஆனதும் அதில் அரை கப்

சர்க்கரையைச் சேர்த்து வதக்கவும்.

மீதி இருக்கும் சர்க்கரையில் ஒரு கப் தண்ணீர்
சேர்த்து மிதமான சூட்டில் மெல்லிய பாகாக
செய்து தனியாக எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

வதங்கிய கோயாவில் ஏலக்காய் பொடி சேர்த்து
கலக்கவும். பிறகு அடுப்பிலிருந்து இறக்கி அதில்
உடைத்து வைத்திருக்கும் பாதாம், பிஸ்தா
ஆகியவற்றை கலக்கவும். அதில் பால்
பவுடரையும் சேர்த்து நன்கு கலக்கவும். இந்த
கலவையை ஒரு தட்டில் போட்டு ஆற
வைக்கவும்.

ஒரு வாணலியில் கொஞ்சம் தண்ணீர் விட்டு
ஆப்ப சோடா சிறிதளவு சேர்த்து வெட்டி
வைத்திருக்கும் பர்வல்களை வேக வைக்கவும்.
இரண்டு மூன்று நிமிடங்களில் வெந்து விடும்.
பிறகு தண்ணீரை நன்கு வடித்து விட்டு,
அவற்றை தயாரித்து வைத்திருக்கும் சர்க்கரை
பாகில் போட்டு சூடு செய்யவும். நன்கு வெந்த
பிறகு அவற்றை எடுத்து ஒரு தட்டில் வைத்து
சூடு ஆறும் வரை காத்திருக்கவும்.

பிறகு தயாரித்து வைத்திருக்கும் கோயாவினை வெட்டி வைத்திருக்கும் பகுதிகளில் *Stuff* செய்யவும். ஒவ்வொரு பர்வல் மீதும் குங்குமப் பூவினைத் தூவி, தேவையெனில் *Silver Warq* கொண்டு அலங்கரிக்கலாம். அதன் பிறகு நன்கு குளிர வைத்து [*Fridge*-ல்] வைத்து சாப்பிட்டுப் பாருங்கள்! ”வாவ்! என்னவொரு சுவை!” என்று நிச்சயம் நீங்களும் சொல்வீர்கள்.

பர்வல் கிடைக்கவில்லையே என்று சொல்லக் கூடாது. கிடைக்கும்போது செய்து பாருங்கள்! இல்லையெனில் பீஹார் பக்கமாகச் செல்லும்போது மறக்காமல் இந்த சான்வி என்று அழைக்கப்படும் பர்வல் கி மிட்டாய் நிச்சயம் சாப்பிட்டுப் பாருங்கள்!



சாப்பிட வாங்க: குரங்கு அரிசியும் யோங்க்சா சட்னியும்!



யோங்க்சா இரோம்பா

தலைப்பைப் பார்த்தே ஓட்டமா ஓட நினைக்கும்
நண்பர்களுக்கு.....

பயப்படாதீங்க! அது என்ன குரங்கு அரிசி! என
நீங்கள் தெரிந்து கொள்வது எப்போது?

தெரியமா உள்ளே வாங்க! பதிவினைப் படித்து
புதுசா ஒரு விஷயத்தைத் தெரிஞ்சுக்கோங்க!
சரியா!

வட கிழக்கு மாநிலப் பயணத்தின் போது
நாங்கள் முதன் முதலில் சென்ற இடமான
மணிப்பூர் தலைநகரான இம்ஃபால் நகரத்தில்
எங்கு பார்த்தாலும் ஒரு காய்கறி குமித்து
வைத்திருந்தார்கள். அதை வைத்து என்ன
செய்வார்கள் என எங்கள் ஓட்டுனரிடம் கேட்க
அவர் சொன்னது தான் இந்த குரங்கு அரிசியும்
யோங்க்சா சட்னியும்!



யோங்க்சா ஷிங்க்ஜூ

இந்த யோங்க்சாக் என்பது பீன்ஸ் வகைகளில்
ஒன்று. மரத்தில் பட்டை பட்டையாகக்

காய்த்துத் தொங்குகிறது. ஒவ்வொன்றும் முழ
நீளம் இருக்கிறது! இந்த யோங்க்சாக்-கை
அனைத்து மணிப்பூர் வாசிகளும் தினம் தினம்
சாப்பிடுவார்கள் போலும் – எங்கே பார்த்தாலும்
இந்தக் காய்களை கொத்துக் கொத்தாக வைத்து
விற்பனை செய்கிறார்கள். அதை இப்பகுதிப்
பெண்கள் ரொம்பவும் கவனித்து
வாங்குகிறார்கள் – காரணம் அதில் புழுக்கள்
இருக்கலாம்! புழுக்கள் இல்லாது வாங்குவதில்
தான் உங்கள் சாமர்த்தியம் இருக்கிறது!

இந்த யோங்க்சா கொண்டு இரண்டு விதமாய்
Side dish தயாரிப்பார்களாம். ஒன்று யோங்க்சா
இரோம்பா, மற்றொன்று யோங்க்சா ஷிங்க்ஜூ!
என்னடா இது வாயில நுழையாத பெயரா
இருக்கேன்னு யோசிக்காதீங்க! கவலையும்
படாதீங்க – சாப்பிடும் போது வாயில் நிச்சயமா
நுழைஞ்சுடும்! இந்த *Side dish* வெறும சாப்பிட
முடியுமா? கூட *Main dish* வேணும்ல! அதுதான்
குரங்கு அரிசி! குரங்கு அரிசியா? குரங்கு *Mark*

இல்ல குரங்கு Brand அப்படி எதாவது
இருக்குமோன்னு யோசிக்கக் கூடாது!



குரங்கு அரிசி!

மணிப்பூரில் கருப்பு வண்ணத்தில் அரிசி
கிடைக்கிறது. அதைத் தான் இவர்கள் Monki rice-
ன்னு சொல்றாங்க! Monki[ey]-ன்னா குரங்குன்னு
உங்களுக்கு நிச்சயம் தெரிஞ்சுருக்குமே! இந்த
மோங்கி ரைசும் யோங்க்சா சட்னியும் இருந்தா
போதும் – எவ்வளவு வேணும்னாலும்
சாப்பிடுவேன் என எங்கள் வாகன ஓட்டுனர்
சொன்னார். அது எப்படி தயாரிக்கணும்னு
கேட்டேன் – ”வாங்களேன் உங்களை வீட்டுக்கு
அழைச்சுட்டுப் போய் சாப்பிடவே தரேனே”
என்று சொல்ல கொஞ்சம் ஜெர்க் அடித்தேன்! –

“இல்லைப் பரவாயில்ல! செய்முறை மட்டும் சொல்லுங்க!”.

அவர் பாவம் – சமையல் கலைல கொஞ்சம் *Weak* போல! எனக்குத் தெரியாதுன்னு சொல்லிட்டாரு!

மணிப்பூர் வாசிகள் கோடைக் காலம் முழுவதுமே இதை விரும்பிச் சாப்பிடுவார்களாம். குளிர் காலத்தில் கிடைப்பதில்லை என்பதும் ஒரு காரணமாக இருக்கலாம்! சைவம், அசைவம் என இரண்டுமே தயாரிப்பது உண்டு.



இது தான் யோங்க்சா.....

இந்தப் படம் நான் எடுத்தது தான்!

இந்த யோங்க்சாவை ஆங்கிலத்தில் *Tree Beans* என்றும், *stinky beans*, *Smelly beans* என்றும் அழைப்பதுண்டு. அதற்கும் காரணம் இருக்கிறது. யோங்க்சா சாப்பிட்டால் நமது சுவாசத்திலும், கழிக்கும் சிறுநீரிலும் ஒரு வித நாற்றம் இருக்குமாம்! இரண்டு நாட்கள் வரை பக்கத்தில் ஒரு பய வரமாட்டான்! – ஏன் எனில் அபான வாயு வெளி வந்து கொண்டே இருக்குமாம்!

நல்ல வேளை இந்த குரங்கு அரிசியும் யோங்க்சா
சட்னியும் நான் சாப்பிடல! பதினைஞ்சு நாள்
பயணத்தில் முதல் நாள் தான் மணிப்பூரில்!
அப்போதே இப்படி தொடங்கி இருந்தால்
என்னாவது!

நம்ம ஊர்ல இந்த யோங்க்சாக் கிடைக்குமானு
தெரியல! அதனால உங்களுக்காகவே இந்த
யோங்க்சாக் படம் எடுக்கணும்னு வண்டியை
ஒரு கடைத் தெருவில் நிறுத்தி படம் எடுத்துக்
கொண்டேன். குரங்கு அரிசி நீங்க
பார்த்திருப்பீங்க! இருந்தாலும்
இணையத்திலிருந்து எடுத்த படம் ஒண்ணும்
கொடுத்திருக்கேனே – பார்த்துக்கோங்க!



சாப்பிட வாங்க: மாமோய்..... இது மோமோ!



கட்சுட மோமோ.....

தில்லியின் பிரதான நொறுக்குத் தீனியாக இருந்த
சமோசா, கச்சோடி, பானிபூரி, தஹி பல்லா-
பாப்டி போன்றவற்றை பின்னுக்குத் தள்ளி

முதலிடத்தை வெற்றி கரமாகப் பிடித்திருக்கிறது
மோமோ! அதுவும் சமீப காலங்களில் எங்கே
பார்த்தாலும் மோமோ கடைகள் – மாலை
நேரங்களில் ஒரு சிறிய மேஜையை
நடைபாதைகளில் போட்டு, அதன் மேலே ஒரு
ஒற்றை கேஸ் அடுப்பு, மோமோ சூடாக்க ஒரு
பாத்திரம், ஒன்றிரண்டு குப்பிகளில் சாஸ், சட்னி,
பேப்பர் ப்ளேட்டுகள் வைத்து கடை ஆரம்பித்து
விடுகிறார்கள்.

மாலை நேரங்களில் மட்டும் முளைக்கும்
இக்கடைகளுக்கு இருக்கும் வரவேற்பு
அமோகமானது. ஒவ்வொரு தில்லி வாசியும்,
குறிப்பாக பள்ளி செல்லும் சிறுவர்/சிறுமிகளும்
அம்மா/அப்பாவிடம் *Pocket Money* வாங்கிக்
கொண்டு போவதே இந்த மோமோ வாங்கிச்
சாப்பிட என்று ஆகிவிட்டது. இரண்டு மூன்று
மணி நேரத்தில் கொண்டு வந்த அத்தனை
மோமோவும் காலியாகி விடுகிறது. ஒரு சில
இடங்களில் வரிசையாக மூன்று நான்கு

கடைகள் கூட உண்டு. அனைத்திலும் விற்பனை
ஆகிவிடுகிறது என்பது தான் கூடுதல் சிறப்பு.

அது என்ன மோமோ! அது சைவமா, அசைவமா?
மோமோ என்பது ஒரு திபெத்தியன் உணவு. நம்
ஊர் கொழுக்கட்டை போல ஒரு உணவுப்
பண்டம். பொதுவாக வேக வைத்து
சாப்பிட்டாலும் சிலர் எண்ணெயில் பொரித்து
எடுப்பதும் உண்டு. கொழுக்கட்டை போலவே
மாவின் உள்ளே முட்டைக்கோஸ், இறைச்சி
போன்றவற்றை வைத்து வேக வைத்து
தருகிறார்கள். திபெத் உணவு வகை என்றாலும்
நேபாள், வடகிழக்கு மாநிலங்கள் அனைத்திலும்
இந்த உணவு பிரபலமாகி விட்டது.

தில்லியில் இந்த மோமோக்கள் விற்பனை
செய்வது ஒரு பெரிய குடிசைத் தொழிலாக மாறி
இருக்கிறது. "Chirag Delhi" எனும் தில்லியின் ஒரு
பகுதியில் வடகிழக்கு மாநிலங்களைச் சேர்ந்த
பலர் இதை தயாரித்து தில்லியின் பல
பகுதிகளுக்கும் அனுப்புகிறார்கள். Half Boiled

Momo வாங்கிக் கொண்டு அதை சுடச் சுட வேக வைத்து தருவார்கள். முன்பெல்லாம் நேபாளிகள், வடகிழக்கு மாநிலத்தவர்கள் மட்டுமே விற்பனை செய்து வந்ததெல்லாம் மாறி விட்டது. அனைவரும் மோமோ விற்க ஆரம்பித்து விட்டார்கள்.

சிராக் தில்லி பகுதியில் பல வடகிழக்கு மாநிலப் பெண்களிடம் தேவையான பொருட்களைக் கொடுத்து, செய்து தர கூலியாக ஒரு மோமோவிற்கு ஒரு ரூபாய், இரண்டு ரூபாய் என தந்துவிட, அவர்கள் நாளொன்றுக்கு 100, 200 என தயாரித்துக் கொடுக்கிறார்கள். வீட்டில் இருந்தபடியே இப்படித் தயாரித்துக் கொடுக்க, அவர்கள் வீட்டு வேலையும் செய்து கொண்டு பணம் சம்பாதிக்க முடிகிறது. அதை எடுத்துக் கொண்டு வந்து தில்லியின் பல பகுதிகளுக்கும் விநியோகம் செய்து சம்பாதிக்கிறார்கள் பல வியாபாரிகள்.

தில்லியில் இப்படி மோமோ சாப்பிட
வாய்ப்பிருந்தும் அது விற்கும் இடத்திலிருந்து
வரும் வாசம் பிடிக்காத காரணத்தினாலேயே
சாப்பிட்டதில்லை. சாப்பிடத் தோன்றியதும்
இல்லை! வடகிழக்கு மாநிலங்களுக்குப்
பயணம் சென்ற போது பல இடங்களில் உணவு
கிடைக்கவில்லை. குறிப்பாக சைவ உணவு!
அசாம் மாநிலத்தின் தேஸ்பூரிலிருந்து
அருணாச்சலப் பிரதேசத்தின் “தவாங்” செல்லும்
போது வழியில் வெகு தூரத்திற்கு
உணவகங்களே கிடையாது! வழியில் இருக்கும்
சின்னச் சின்ன கிராமங்களில் தேநீர் [லால் சாய்!]
குடிக்கும் இடங்களில் மோமோக்கள் மட்டுமே
கிடைத்தன!



**பசி சமயத்தில் இங்கே தான் அன்னபூர்ணி
எங்களுக்காக கடை வைத்திருந்தார்.**

காலையில் நாங்கள் தங்கி இருந்த இடத்தில் ஏழு
மணிக்கு மூன்று சப்பாத்தி சாப்பிட்டது. மதியம்
இரண்டு மணிக்கு மேலாகி விட்டது. உணவகம்
கண்ணில் தென்படவே இல்லை! ஓட்டுனரிடம்
எங்கேயாவது சாப்பிட நிறுத்தச் சொல்ல,
”உணவகம் என்று ஏதுமில்லை,
வேண்டுமெனில் மோமோக்கள் கிடைக்கும்”
எனச் சொல்லி வழியில் ஒரு இடத்தில்
நிறுத்தினார். அங்கே ஒரு சிறிய கடை. கடையை
நடத்துவது ஒரு பெண். அவரிடம் கேட்க, *Veg*
Momo மட்டும் தான் இருக்கிறது! பத்து நிமிடம்
காத்திருந்தால் சூடாகத் தருகிறேன் எனச்
சொல்ல, உடனேயே நான்கு ப்ளேட் மோமோ
சொல்லி விட்டோம்!

சுடச் சுட மோமோ வர கூடவே மிளகாய்ச்
சட்னியோடு மோமோவை உள்ளே
தள்ளினோம். இருந்த பசிக்கு மோமோ
அம்ருதமாக இருந்தது! இந்தப் பயணத்தில் தான்
முதன் முதலாக மோமோவை சாப்பிட்டேன்.

அதற்குப் பிறகு பயணத்தில் பல இடங்களில்,
உணவு கிடைக்காத போது மோமோ தான்!
வயிற்றுக்கு ஒன்றும் தீங்கு விளைவிக்கவில்லை
என்பதும் அதைச் சாப்பிட ஒரு காரணமாக
இருந்தது!

தமிழகத்திலும் சென்னை போன்ற இடங்களில்
மோமோ கிடைக்கிறது என்றாலும் மற்ற
இடங்களில் கிடைப்பதாகத் தெரியவில்லை.
வீட்டிலேயே தயாரித்து சாப்பிட்டுப்
பாருங்களேன்!

உணவே கிடைக்காத போது தான் இது போன்று
சாப்பிடாத உணவு வகைகளையும் சாப்பிடத்
தோன்றுகிறது! வயிற்றுப் பசிக்கு எதையாவது
உள்ளே போட்டுத் தானே ஆக வேண்டும்!



சாப்பிட வாங்க: லிக்கர் சாய்



சாய் கேள்விப்பட்டிருக்கோம். அதே மாதிரி
லிக்கர் அதாங்க சாராயமும்
கேள்விப்பட்டிருக்கிறோம். இரண்டும் சேர்த்து

லிக்கர் சாய் கேள்விப்பட்டதுண்டா? என்னது
லிக்கர் சாய்? என்று நீங்கள் கேட்கலாம். அது
என்ன, "பால் அல்லது தண்ணீருக்குப் பதிலா,
சாராயம் ஊற்றி சாய் போட்டு தருவாங்களா?
இல்லைன்னா சாராயத்தில் சர்க்கரை போட்டுத்
தருவாங்களா? தெரிஞ்சுக்கலைன்னா தலை
வெடிச்சுடும் போல இருக்கே" அப்படின்னு
ரொம்ப குழப்பிக்காதீங்க.... எப்படியும் பதில்
சொல்லத் தான் போறேன் - அதுவும்
இப்போதே!

வட கிழக்கு மாநில சுற்றுப்பயணத்தில் பல
இடங்களில் பகல் நேரங்களில் நீண்ட
பயணத்தின் போது கொஞ்சம் சாய் கிடைச்சா
நல்லா இருக்குமே என்று வண்டியை
நிறுத்துவோம். ஒவ்வொரு இடத்திலும்
ஒவ்வொரு வித அனுபவம். பொதுவா, நம்ம
தமிழ்நாட்டுல பால் சேர்த்து தான் சாயா
சாப்பிடுவது வழக்கம். கேரளத்தில்
பாலில்லாமல் கட்டஞ்சாய்! என்னுடன்
வந்தவர்கள் நான்கு பேருமே கேரளத்தினைச்

சேர்ந்தவர்கள். அதில் இரண்டு பேர் பாலுடன் தேநீர் சாப்பிடவே சாப்பிடாதவர்கள்.

அதனால் எங்கே சென்றாலும் முதலிலேயே இரண்டு *Black Tea*, மூன்று *Milk Tea* என்று சொல்வது வழக்கமாகி விட்டது. ஒவ்வொரு ஊரிலும் ஆங்கிலத்தில் சொல்ல முடியாது என்பதால் ஹிந்தியில் தான் சொல்வோம். இங்கே சொல்ல வேண்டிய இன்னுமொரு விஷயம் ஹிந்தி மொழி பற்றியது. பெரும்பாலான வடகிழக்கு மாநிலங்களில் ஹிந்தி பேசவும், புரிந்து கொள்ளவும் செய்கிறார்கள். சின்னச் சின்ன கடைகளில், அதுவும் கிராமப் புறங்களில் இருக்கும் கடைகளில் கூட ஹிந்தி மொழியில் பேசினால் புரிந்து ஹிந்தியில் பதிலும் சொல்கிறார்கள்.

இந்த இடங்களில் *Black Tea*-ஐ “லால் சாய்” என்று சொல்கிறார்கள். ஹிந்தியில் லால் என்றால் சிவப்பு வண்ணம். என்னதான் ஆங்கிலத்தில் *Black Tea* என்று சொன்னாலும் ஹிந்தியில்

சிவப்பு சாய்! பல இடங்களில் இப்படி சிவப்பு சாய் தான் கிடைக்கிறது. பால் விட்ட சாய்க்கு பெயர் “DOODH CHAI”. அதாவது பால் டீ. இங்கே இன்னொரு விஷயமும் சொல்ல வேண்டும். பெரும்பாலான மலைப் பிரதேசங்களில் பால் கிடைப்பது அரிது. அதனால் பால் சாய் என்று சொன்னவுடன் என்ன செய்கிறார்கள் தெரியுமா?

லால் சாய் அதாவது *Black Tea* தயாரித்த பின், அதை ஒரு கப்பில் விடுகிறார்கள். பக்கத்திலேயே ஒரு மில்க் மெய்ட் டின் இருக்க, அதிலிருந்து ஒரு ஸ்பூன் மில்க் மெய்ட் எடுத்து லால் சாயில் ஒரு கலக்கு! அதான் பால் டீ! ஏற்கனவே சர்க்கரை போட்டிருக்க, இந்த இனிப்பான மில்க் மெய்ட் கலந்த பிறகு ஒருவித அசட்டு தித்திப்புடன் நீங்கள் கேட்ட தூத் சாய் உங்கள் கைக்கு வருகிறது! வாயில் வைத்த பிறகு தான் ஏண்டா இந்த தூத் சாய் கேட்டோம், பேசாம லால் சாயே குடித்திருக்கலாம் என்று தோன்றுகிறது. ஒன்றிரண்டு இடங்களில் இப்படி

மில்க்மெய்ட் சாய் குடித்தபிறகு நான் சுதாரித்துக் கொண்டேன்.



படம்: மண்ணால் செய்யப்பட்ட குல்லட்-ல் தேநீர்.....

ஒவ்வொரு இடங்களிலும் தரும் அளவுகளும், கோப்பைகளும் மாறுபடுகின்றன. ஒரு சில இடங்களில் பிளாஸ்டிக் கோப்பைகள், ஒரு சில இடங்களில் பீங்கான் கோப்பைகள் என்றால் கொல்கத்தா நகருக்கு வந்த பிறகு ”குல்லட்” என்று அழைக்கப்படும் மண் கோப்பைகளில் தேநீர்!

தேநீர் தயாரிப்பதில் தான் எத்தனை எத்தனை வித்தியாசங்கள். நம் ஊரில் தண்ணீரில் தேயிலை போட்டு நன்கு கொதித்த பின் அதில் சூடாக

பால் சேர்ப்பார்கள். வடக்கில் நேர் எதிர் மாதிரி. பாலில் தேயிலை போட்டு கொதிக்க வைப்பது வழக்கம். அதுவும் ஹரியானா பக்கங்களில் தண்ணீர் விடுவதே இல்லை! அதற்கு மேல் கொதிக்கும் போது இஞ்சி தட்டிப் போட்டு, கார சாரமாக தேநீர் தருவார்கள்.

குஜராத்தில் தேநீர் கோப்பைகளில் தராமல் Saucer-ல் விட்டு அர்[dh]தி [ch]சாய்! என கொடுப்பது உங்களுக்குத் தெரியுமா?

“அர்[dh]தி [ch]சாய்”! அதாவது பாதி தேநீர் – நமது ஊரில் கட்டிங் சாய் என்றும், மஹாராஷ்ட்ராவில் “ஒன் பை டூ” என்றும் சொல்லப்படும் பாதி அளவு தேநீருக்கு இங்கே அர்[dh]தி [ch]சாய் என்று பெயர். இதில் என்ன ஸ்பெஷல் என்று கேட்பவர்களுக்கு இது வழங்கும் விதம் தான் ஸ்பெஷல்!

நமது ஊர் போல கண்ணாடி டம்ளரிலோ, அல்லது மண் குடுவைகளிலோ இவர்கள்

தேநீரை தருவது இல்லை. இங்குள்ள பலரும் தேநீர் கடைக்குச் சென்றவுடன் தனக்கு ஒரு அர்[dh]தி [ch]சாய் என்று சொல்ல, அவர்கள் கையில் ஒரு சாசரை [Saucer] கொடுத்து விடுகிறார் கடைக்காரர். ஏற்கனவே தயாரித்து கெட்டிலில் வைத்திருக்கும் தேநீரை, சாசரில் முழுவதும் விடுகிறார். அவரும் அதைக் குடித்து முடிக்கிறார்! இது தான் அர்[dh]தி [ch]சாய்.

முதல் முறை தேநீர் என்று கேட்ட எனக்கு கையில் சாசரைத் தர நான் விழித்தேன்! அக்கம் பக்கத்தில் பார்த்த பிறகு எனக்கு கப்பில் அதுவும் முழு கப் வேண்டும் எனச் சொல்ல, என்னை மேலும் கீழும் பார்த்து ஒரு டம்ப்ளரில் விட்டுக் கொடுத்தார். அவரின் பார்வை, என்னைப் பார்த்து “தம்பி ஊருக்குப் புதுசோ!” என்று கேட்பது போல இருந்தது!

சரி.... இப்போது முதல் பத்தியில் சொன்ன லிக்கர் சாய்! பற்றிய விஷயத்திற்கு வருவோம்..... பெயர் தான் லிக்கர் சாயே தவிர இதில் சாராயம்

கலப்பதில்லை. வட கிழக்கு மாநிலங்களில்
சொல்லப்பட்ட ”லால் [ch]சாய்” தான்,
கேரளாவின் கட்டஞ்சாயைத் தான்
கொல்கத்தாவில் லிக்கர் சாய் என
அழைக்கிறார்கள். கொல்கத்தாவின் ஒரு
பழம்பெரும் வீதியில் தேநீர் கேட்டபோது
அவர்கள் “லிக்கர் சாய்?” எனக் கேட்க
அதிர்ச்சியாக இருந்தது. லிக்கர் விட்டு
தருவார்களோ என கேட்டபோது அந்தப்
பெண்மணி சொன்னது – “வேணும்னா அதுவும்
கிடைக்கும்!”



சாப்பிட வாங்க: பேட்மி பூரி!



சாதாரணமா பூரின்னா கோதுமை மாவுல செஞ்சு
சாப்பிடுவாங்க... இல்லைன்னா மைதா சேர்த்து
சோளா பூரி என்று சாப்பிடுவது நம் வழக்கம்.
ஆனால் வட இந்தியாவில் பேட்மி [Bedmi] பூரி
என்றும் ஒன்று உண்டு. தில்லியின் சாந்த்னி
சௌக் பகுதிகளில் இப்படி பேட்மி பூரி

கிடைக்கும். ஒரு ஞாயிறன்று நண்பர், இன்னிக்கு வீட்டுல பேட்மி பூரி செய்யப் போறாங்க! உங்களுக்கும் சேர்த்து தான் – கண்டிப்பா வந்துடுங்க! என்று சொன்னார்.

நானோ காலையிலேயே சாதம் வைத்து சீரக ரசம் தயாரிப்பில் இறங்கி இருந்தேன். அதை ராத்திரி செய்து சாப்பிடுங்க, இப்ப இங்கே வந்துடுங்க என அழைப்பு பலமாய் இருக்க, நானும் சரி என்று சொல்லி விட்டேன். பேட்மி பூரி சாப்பிட்டு சில மாதங்கள் ஆகிவிட்டது என்பதும் ஒரு காரணம். சரி என்று நான் செய்த சாதத்தினை எடுத்து வைத்து விட்டு, அவர்களது வீட்டிற்குச் சென்று விட்டேன்.

சென்று என்ன செய்தேன் எனக் கேட்கக் கூடாது – நல்ல ரவுண்டு கட்டி தொட்டுக்கையாக கொடுத்திருந்த உருளைக்கிழங்கு சப்ஜி, ராய்த்தா, மற்றும் சலாட் உடன் ஏழு எட்டு பூரிகளை உள்ளே தள்ளினேன். ”அட நீங்க மட்டும் நல்லா சாப்பிட்டு வந்தா எப்படி, எங்களுக்கு தரதான்

முடியாது, எப்படிச் செய்வதுன்னு சொல்லவாது
செய்யலாம் இல்ல” என நீங்கள்
கேள்விக்கணைகளை வீசும் முன்னரே நானே
சொல்லி விடுகிறேன்.

சரி இந்த பேட்மி பூரி எப்படிச் செய்வது என்று
பார்க்கலாம்.....

பொதுவாக குளிர் காலத்தில் இந்த பேட்மி பூரி
செய்வது இங்கே வழக்கம். சாதாரண
நாட்களிலும் கிடைக்கும் என்றாலும், குளிர்
காலத்தில் தான் அதிகம் கிடைக்கும். வடக்கில்
இந்த வகை பூரி செய்வதற்கென்றே, கோதுமை
மாவு போலவே பேட்மி பூரி மாவும் தனியாக
கிடைக்கும். ஆனால் நமது ஊரில் இம்மாவு
கிடைப்பது கடினம் என்பதால் நீங்கள் தடுமாற
வேண்டாம். அதற்கும் வழி உண்டு.

தயாரிக்க ஆகும் நேரம்: 2 மணி நேரம்.
சமைக்க ஆகும் நேரம்: சுமார் 30 நிமிடங்கள்.

எத்தனை பேர் சாப்பிடலாம்? சுமார் நான்கு பேர்.

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு [இரண்டு கப்], வறுத்த ரவை [அரை கப்], பாசிப்பருப்பு [ஒரு கப்], இஞ்சி – ஒரு துண்டு, பச்சை மிளகாய் 5, கொத்தமல்லிப் பொடி 1 தேநீர் கரண்டி, மஞ்சள் பொடி 2 தேநீர் கரண்டி, மிளகாய்த் தூள் காரத்திற்கு வேண்டியபடி மற்றும் உப்பு தேவையான அளவு. பொரிக்கத் தேவையான அளவுக்கு எண்ணை அல்லது நெய்.

எப்படிச் செய்யணும் மாழு?

பருப்பினை இரண்டு மணி நேரம் அளவு ஊற வைத்துக் கொள்ளவும். ஊறிய பிறகு, தண்ணீரை நன்கு வடிகட்டிவிட்டு இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். அரைத்த பிறகு அதில் மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள் தூள் மற்றும்

கொத்தமல்லி பொடி உப்பு ஆகியவற்றைச்
சேர்த்து நன்கு கலந்து வைக்கவும்.

பிறகு கோதுமை மற்றும் ரவையைச் சேர்த்து
அதில் கொஞ்சம் எண்ணை சேர்த்துக் கொண்டு
அரைத்து வைத்திருக்கும் கலவையையும்
சேர்த்து நன்கு பிசைந்து கொள்ளவும்.
தேவையெனில் கொஞ்சம் தண்ணீரும் சேர்த்துக்
கொள்ளலாம். பூரி பதத்திற்கு பிசைந்து வைத்து
அதை மூடி வைத்து விடவும். அரை மணி நேரம்
இப்படி வைத்து விட்டு, உருளைக்கிழங்கு சப்ஜி,
சட்னி போன்றவற்றையும் செய்து கொள்ளலாம்.

மாவினை சிறு சிறு உருண்டைகளாகச் செய்து
பூரிகளாக இட்டுக் கொள்ளுங்கள். வாணலியில்
எண்ணை வைத்து நன்கு சுட்ட பிறகு, ஒவ்வொரு
பூரியாக அதில் போட்டு பொன்னிறமாகப்
பொரித்து எடுத்து விடுங்கள். எண்ணைக்குள்
பூரியைப் போடும்போது கவனம் தேவை
என்பதை சொல்லவும் வேண்டுமோ?

தொட்டுகையாக உருளைக்கிழங்கு, சட்னி என
அசத்தலாக இருக்கும் இந்த பேட்மி பூரி!

”இந்த ஊற வைத்து அரைக்கிற
வேலையெல்லாம் நமக்கு ஆகாது” என்று
சொல்பவர்கள் “பேட்மி பூரி மாவு”
கிடைக்கிறதா என்று பார்த்து, கோதுமை மாவு
போலவே இந்த மாவினை தண்ணீர் சேர்த்து
பிசைந்து பூரியாக பொரித்துக் கொள்ளலாம்.

என்ன நண்பர்களே இன்னிக்கு உங்கள் வீட்டில்
பேட்மி பூரி தானே?



சாப்பிட வாங்க: சுக்டி

குஜராத் மாநிலத்தில் பயணம் சென்றபோது அஹமதாபாத் நகரில் ஒரு இடத்தில் இரவு உணவு சாப்பிடச் சென்றோம். முற்றிலும் கிராமியச் சூழலில் உணவு பரிமாறுவார்கள். அங்கே சாப்பிடும்போது ஒரு வித இனிப்பு வழங்கினார்கள். முதலில் வைத்ததை சாப்பிட்டுப் பார்க்க மிகவும் பிடித்திருந்தது. அடுத்த முறை கொண்டு வந்தால் வாங்கிச் சாப்பிட வேண்டும் என மனதில் குறித்துக் கொண்டே மற்ற உணவு வகைகளைச் சாப்பிட்டுக் கொண்டிருந்தேன்.

இரண்டு முறை கேட்டபோது, “தோ கொண்டு வரேன்!” என்று சொல்லி நகர்ந்தார்களே தவிர வரவில்லை. மூன்றாம் முறையாக, அங்கே மேற்பார்வை பார்த்துக் கொண்டிருந்த வெள்ளை உடை ஆசாமியிடம் கொஞ்சம் முறைப்பாகச்

சொல்ல, அவர் பணியாள் ஒருவரிடம்
கொண்டுவரச் சொல்லி விட்டார். ஒரு சில
நிமிடங்களில் அந்தப் பணியாள் வந்து எனது
இலையில் இரண்டு துண்டு வைத்தார். நானும்
பாய்ந்து அதில் ஒன்றை எடுத்து வாயில்
போட்டேன்! மறைந்திருந்த சனிபகவான் அங்கே
தான் எனைப் பார்த்து கெக்கே பிக்கே எனச்
சிரித்தார்! அவர் சிரித்த சத்தம் அமைதியான
சூழலில் பலமாகக் கேட்டது!

இரண்டு முறை கேட்டும் கொண்டு வராததன்
காரணமும் எனக்குத் தெரிந்தது! அப்போது தான்
செய்து கொண்டிருந்தார்கள் போலும். சுடச்சுட
கொண்டு வந்து வைத்த இனிப்பை அவசரமாய்
வாயில் போட்டுக் கொள்ள நாக்கு
பழுத்துவிட்டது! மேலாக சூடில்லாமல்
இருந்தாலும் உள்ளே நல்ல சூடு! சூடு
பொறுக்காது கத்தலாம் என்றால், உள்ளிலிருந்து
ஒரு குரல் “Public Public!” என்று சத்தமிட,
கஷ்டப்பட்டு கத்தாமல் விட்டேன்! என்னதான்
அந்த உணவு பிடித்ததென்றாலும், ரொம்ப

அவசரப் படக்கூடாது என சூடு வாங்கிக்
கொண்டு ஒரு பாடம் கற்றுக் கொண்டேன்!



அந்த இனிப்பு தான் சுக்டி! நன்றாகவே இருந்தது
– சூடு போட்டுக்கொண்டாலும் அதன் சுவை
பிடித்துப் போக, இன்னும் ஒரு முறை கேட்டு
ஒரு துண்டு வாங்கி சாப்பிட்டேன் என்றால்
பாருங்களேன்! இந்த சுக்டி எப்படிச் செய்வது
என்று சொல்கிறேன் கேளுங்கள்!

தயாரிக்க ஆகும் நேரம்: 5 நிமிடங்கள்.
சமைக்க ஆகும் நேரம்: சுமார் 10 நிமிடங்கள்.
எத்தனை பேர் சாப்பிடலாம்? சுமார் நான்கு
பேர்.

தேவையான பொருட்கள்:

கோதுமை மாவு – 250 கிராம். நெய் – 250 கிராம்.
பொடித்து வைத்த வெல்லம் – 200 கிராம்.

எப்படிச் செய்யணும் மாழு?

இதைச் செய்வது ரொம்பவும் சுலபம் தான். ஒரு தாம்பாளம் அல்லது தட்டு எடுத்து, அதில் கொஞ்சமாக நெய்விட்டு தட்டு முழுவதும் தடவி வையுங்கள்.

அடுத்ததாக ஒரு வாணலி அல்லது *NON-STICK* தவா வில் நெய்யை விட்டு சூடாக்குங்கள். கொஞ்சம் சூடானதும் அதில் கோதுமை போட்டு நன்றாக கலக்கிக் கொண்டே இருங்கள். பொன்னிறமாக ஆனதும் அடுப்பை நிறுத்தி விட்டு, அதில் வெல்லப்பொடியைச் சேர்த்து நன்றாக கலந்து கொள்ளுங்கள்.

கலந்து வைத்ததை நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில்
கொட்டி சமமாகப் பரப்பி விடுங்கள். சற்றே
ஆறியதும் வில்லைகள் போட்டு எடுத்து
விடுங்கள்.

வேண்டுமெனில் இக்கலவையில் ஏலக்காய்த்
தூள் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்!

சுடச்சுட சுக்கி தயார். அதுக்குன்னு என்னை
மாதிரி அவசரப்பட்டு சூடான சுக்கியை வாயில்
போட்டுக்கொண்டு அம்மா அப்பா என்று
அலறினால் கம்பெனி பொறுப்பு ஏற்காது
என்பதைக் கண்டிப்பாக நினைவில்
கொள்ளுங்கள்!!

என்ன நண்பர்களே.... சுக்கி செய்து ருசிச்சுப்
பார்த்துட்டு சொல்லுங்களேன்!



சாப்பிட வாங்க: ச்சீலா!

சமீபத்தில் அலுவலக நண்பர் ஒருவர் தனது மகன் திருமணம் ஹரியானாவில் நடக்க இருக்கிறது என்றும் அதற்கு கண்டிப்பாக வர வேண்டும் என்றும் சொன்னார். சற்றே தொலைவில் உள்ள ஊர் என்பதால் வருவது சிரமம் என்று சொல்ல, பரவாயில்லை தில்லியில் ரிஜப்சன் [அவர் சொன்னதை அப்படியே எழுதி இருக்கிறேன்!] உண்டு, அதற்கு கண்டிப்பாக வர வேண்டும் என்று சொன்னார். சரி நிச்சயம் வருகிறேன் என்று சொல்லிவிட்டேன்... [ஒரு மாலை வேளை, சமையலிலிருந்து விடுதலை ஆயிற்றே!]

பொதுவாகவே வட இந்திய திருமணங்களில் உணவிற்கு ரொம்பவும் முக்கியத்துவம் உண்டு. நிறைய சாப்பிடக் கொடுத்துக் கொண்டே

இருப்பார்கள். நிறைய ஸ்டால்கள் மாதிரி வைத்து, ஒவ்வொரு இடத்திலும் ஏதோ ஒரு உணவு சுடச்சுடத் தயாரித்துக் கொடுத்துக் கொண்டு இருப்பார்கள். இந்நிகழ்ச்சியிலும் அப்படி நிறைய உணவுப் பொருட்களுக்கான ஸ்டால்கள் – [dh]தஹி [b]பல்லே பாப்பி, பானி பூரி, பாவ் [b]பாஜி, பன்னீர் டிக்கா, ஆலு டிக்கா, ஆலு ஃப்ரை, பனீர் ஃப்ரை, என தொடர்ந்து ஸ்டால்கள். இதைத் தவிர மக்கள் அமர்ந்திருக்கும் இடங்களுக்கே சுடச்சுட நொறுக்குத் தீனிகள் வந்த வண்ணம் இருந்தன.

அப்படி ஒரு ஸ்டாலில் எழுதி இருந்த உணவின் பெயரைப் பார்த்ததும் கொஞ்சம் புதிதாக இருக்க, அங்கே நின்றேன்! அந்த உணவின் பெயர் “மூண்ட் [dh]தால் [ch]ச்சீலா! மூண்ட் [dh]தால் – இது தெரியாத பருப்பாக இருக்கிறதே என யோசிக்க, உடன் வந்திருந்த நண்பர் எனது சந்தேகத்தினை நிவர்த்தி செய்தார் – மூங்க் [dh]தால் என்பதைத் தான் தவறாக எழுதி இருக்கிறார்கள் – பாசிப்பருப்பினைத் தான்

ஹிந்தியில் மூங்க் [dh]தால் என்று சொல்வார்கள்.
சரி இதிலிருந்தே ஆரம்பிக்கலாம் என முடிவு
செய்தேன்!

அது என்ன ச்சீலா என்று உண்டு பார்த்தேன்.
நன்றாகத் தான் இருந்தது! தோசை போன்று
செய்து அதன் மேலே பச்சைச் சட்னி தடவி
அதற்கும் மேல் *Stuff* செய்து, தொட்டுக்கொள்ள,
பச்சை சட்னியும், சிகப்புச் சட்னியும் தர வாங்கிக்
கொண்டு உண்டபடியே நகர்ந்தேன்! வாவ்....
நல்ல சுவை! அதை எப்படிச் செய்வது என்று என்
உடன் வந்த வட இந்திய நண்பரிடம் கேட்டேன்
– அவர் சொன்னது எப்படி என்று பார்க்கலாமா!

தயாரிக்க ஆகும் நேரம்: 1 முதல் 1.5 மணி நேரம்.
சமைக்க ஆகும் நேரம்: சுமார் 30 நிமிடங்கள்.

தேவையான பொருட்கள்:

பாசி பருப்பு – 1 கப், இஞ்சி – ஒரு சிறு துண்டு,
பூண்டு – 6 பற்கள், வெங்காயம் – ஒன்று, பச்சை

மிளகாய் – மூன்று, சிகப்பு மிளகாய்த் தூள் –
கொஞ்சம், பனீர் – கொஞ்சம், பச்சைச் சட்னி
[கொத்தமல்லி தழைகள், புதினா தழைகள்
ஆகியவற்றை அரைத்துச் செய்தது] ஆகியவை.

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

பாசிப்பருப்பை நல்லா நாலைந்து முறை கழுவி
அதற்குப் பிறகு பருப்பு மூழ்கும் அளவு
தண்ணீரில் ஊற வைச்சுக்கோங்க! ஒரு மணி
நேரம் ஊறினாலே போதும். அதுக்குள்ள நம்ம
மத்த வேலையைக் கொஞ்சம் பார்க்கலாம்!
வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், பூண்டு, இஞ்சி
எல்லாத்தையும் எவ்வளவுச் சின்னதா கட்
பண்ண முடியுமோ அவ்வளவு சின்னதா கட்
பண்ணிக்கணும்! சின்னதா கட் பண்ணேன்
பேர்வழின்னு கைவிரலைக் கட்
பண்ணிக்கிட்டீங்கன்னா கம்பெனி பொறுப்பு
ஏத்துக்காது சரியா!

இதையெல்லாம் செஞ்சு முடிச்சு, நடுவுல
கொஞ்சம் லாலா எல்லாம் பாடிட்டு, கொஞ்சம்
பராக்கு பார்க்கறதுக்குள்ள, பருப்பு நல்லா ஊறி
இருக்கும்! ஊறின பிறகு தண்ணீரை வடித்து
எடுத்துட்டு, அதை மிக்ஸில போட்டு – மிக்ஸி
ஜார்ல தாங்க! – கொஞ்சமா மிளகாய்த் தூள்,
தேவையான அளவு உப்பு இரண்டையும்
போட்டு, வெட்டி வைச்சு இருக்க வெங்காயம்,
இஞ்சி, பூண்டு, பச்சை மிளகாய் எல்லாத்தையும்
போட்டு, மிக்ஸில நல்ல மைய
அரைச்சுக்கோங்க!

அடுப்புல தோசைக்கல்லை போட்டு [அட்டா
மேலே இருந்து போட்டு, காஸ் ஸ்டவ்வ
உடச்சிட போறீங்க!.... தில்லில ஒரு நண்பர்
வீட்டுக்கு போனப்ப, அவங்க மனைவி,
”அடைக்கு அரைச்சு வச்சருக்கேன்.... நீங்க
வந்ததும் கல்லைப் போடலாம்”னு
உட்கார்ந்திருக்கேன்னு சொல்ல, எங்க தலை
மேலே கல்லைப் போட்டுடுவாங்களோ..
அப்படியே எஸ்கேப் ஆகலாம்னு பார்த்தா, எங்க

பின்னாடி கடோத்கஜன் மாதிரி நண்பர்
நிக்கறார்... அப்புறம் தான் தெரிஞ்சது
தோசைக்கல்லை அடுப்பில் போடப்
போறார்னு!] சூடாகும் வரைக்கும் காத்திருங்க....

தோசைக்கல் சூடான பிறகு, ஒரு கரண்டி மாவு
எடுத்து கல்லில் விட்டு தோசை மாதிரி
பரப்புங்க! ஒரு ஸ்பூன் எண்ணையை அப்படியே
சுத்தி விட்டு வேகும் வரைக்கும்
லாலாலாலின்னு பாட்டு பாடுங்க! அப்புறம்
தோசைத் திருப்பி கொண்டு பொறுமையா
திருப்பி போட்டு அப்படியே எண்ணையை
மேலே ஸ்ப்ரே பண்ணுங்க!

அப்புறம் ஒரு ஸ்பூன் பச்சை சட்னியை அதன்
மேல் பரப்புங்க! பனீர் இருக்கே, அதை
கொஞ்சம் துருவி அதன் மேலே தூவுங்க!
அப்படியே மடிச்சு சுடச் சுட தட்டுல போட்டு,
பச்சைச் சட்னியோடு சாப்பிடக் கொடுங்க!
இல்லைன்னா சாப்பிடுங்க! ச்சீலா செம டேஸ்ட்
தான்!



இது ஆந்திராவில் செய்யும் பெசரட்டு மாதிரி இருந்தாலும், இந்த ஸ்டீப்பிங் விஷயம் எல்லாம் வடக்கிற்கே உரித்தானது! எதையும் குண்டாக்கித் தான் நம்மாளுங்களுக்கு பழக்கம்!

என்ன நண்பர்களே.... சீலா செய்து ருசிச்சுப் பார்த்துட்டு சொல்லுங்களேன்!



சாப்பிட வாங்க: ஜலேபா

குளிர் காலம் வந்துவிட்டாலே
”எங்களு”க்கெல்லாம் கொண்டாட்டம் தான்.
”எங்கள்” என்று சொன்ன உடனேயே “திங்க”க்
கிழமையில் உணவு பதார்த்தங்களை ருசிக்கத்
தரும் “எங்கள் பிளாக்” நண்பர்களுக்கோ என
நினைத்து விடவேண்டாம். இந்த ”எங்கள்” குழு
வேறு – எங்களில் இருப்பது ஒரு பல மாநில
கூட்டணி – நட்பு மட்டுமே அதன் அஸ்திவாரம் –
நட்பு என்று வந்தபிறகு மொழியோ, மதமோ,
ஜாதியோ அதில் குறுக்கிடக்கூடாதே.

எங்களில் நான், முரளி, வர்கீஸ், உஸ்மான் அலி,
சத்பால், அனில் குமார் என ஆறு நண்பர்கள்.
தில்லியின் குளிர்காலங்களில் வாரத்திற்கு ஒரு
முறையாவது மதிய உணவு வெளியே தான்.
அதற்காகவே தில்லியின் சாந்த்னி செளக்,

பாஹட்கஞ்ச், என்று தேடித்தேடி செல்வது
எங்களுக்கு வழக்கமாக இருந்தது.
தமிழகத்திலிருந்து வந்த எனக்கு பல உணவுகள்
புதிது. அனைத்தையும் ரசித்து ரசித்து
உண்போம்.

அப்படி ரசித்த பல உணவுகளில் ஒன்று தான்
இன்று "சாப்பிட வாங்க " என்று அழைக்கும்
ஜலேபா! "ஜிலேபி தெரியும், அது என்ன
ஜலேபா...." என்று யோசிக்கும் உங்களுக்கு ஒரு
பதில் – ஜலேபா ஜிலேபிக்கு அப்பா! ஆஹா பேர்
சொல்லும் போதே "அப்பா என்ன ஒரு சுவை
அதற்கு எனத் தோன்றுகிறது!" மதிய உணவு
முடித்த பிறகு எப்படியும் ஒரு இனிப்பு உண்டு –
காரட் ஹல்வாவோ, பாசிப்பருப்பு ஹல்வாவோ,
ஜலேபாவோ எதேனும் ஒன்று சாப்பிடுவது சர்வ
நிச்சயம்.

அப்படி சாப்பிட்ட ஜலேபா – ஒரு ஞாயிற்றுக்
கிழமையில் மேளாவிற்குச் சென்ற போது
விற்றுக் கொண்டிருந்தார்கள் – சாந்த்னி செளக்

அளவிற்கு சுவையாக இருக்குமோ, மேளாவில் இருக்கும் மண் புழுதி அனைத்தும் அதன் மேல் இருக்குமோ என்ற எண்ணங்கள் மனதில் அலைமோத அதனைப் புகைப்படம் மட்டும் பிடித்து வந்தேன்!



சரி ஜலேபா எப்படிச் செய்வது என்று நம்ம புகழ்பெற்ற மாஸ்டர் செஃப் சஞ்சீவ் கபூர் ஆங்கிலத்தில் சொன்னதை தமிழில் உங்களுக்காக சொல்லவா! சுவையான, மொறுமொறுவென, ரசம் சொட்டும் ஜலேபா – பெரிய அளவு ஜிலேபி செய்யலாம் வாங்க!

தயாரிக்க ஆகும் நேரம்: 7 முதல் 8 மணி நேரம்.
சமைக்க ஆகும் நேரம்: சுமார் 30 நிமிடங்கள்.
எத்தனை பேர் சாப்பிடலாம்: 4 [அந்த நாலு
பேரும் “நாலு பேருக்கு நன்றின்னு பாட
மாட்டாங்க, செய்து கொடுத்த உங்களுக்கு
மட்டும் தான் நன்றி சொல்வாங்க!]

தேவையான பொருட்கள்:

மைதா – 1.5 கப், சோடா உப்பு – 1 தேக்கரண்டி,
சர்க்கரை – 2.5 கப், பச்சை ஏலக்காய் பொடி –
அரை தேக்கரண்டி, குங்குமப்பூ – நான்கு அல்லது
ஐந்து இதழ்கள், நெய் – பொரிக்க.....

எப்படிச் செய்யணும் மாழு?

மைதா மாவு மற்றும் சோடா உப்பு
இரண்டையும் நல்ல கலந்துக்கோங்க. அது
தலைல, இரண்டு கப் தண்ணீர் விட்டு நல்ல
கலந்துக்கோங்க..... கலக்கும் போது கவனம்

தேவை – நடுவுல கட்டி வரவே கூடாது – கட்டி
வந்தா மாவு பூரா போகும் குப்பைத் தொட்டிக்கு!
இதைச் செய்ய வேண்டியது ஜலேபா
செய்யறதுக்கு 7 – 8 எட்டு மணி நேரம்
முன்னடியே! எல்லாத்துக்கும் தயாரா இருக்க
வேணாவா!

ஜலேபா செய்ய ஆரம்பிக்கும்போது முதல்ல
சர்க்கரைப் பாகு செய்யணும் – சர்க்கரைய
இரண்டரை கப் தண்ணீர் விட்டு நல்ல
கரைச்சுக்கணும் – அதை அடுப்பில் வைத்து பாகு
செய்த பிறகு அதில் ஏலக்காய் பொடியும்,
குங்குமப் பூவையும் போட்டு ஒரு கலக்கு!



உங்க வீட்டுல ராம்ராஜ் காட்டன் வேட்டி புதுசா
வாங்கி வைச்சுருந்தா அதிலிருந்து ஒரு பீஸ்
சர்ருன்னு கிழிச்சுக்கலாம். இல்லே போனா
போறார் - அவர் கிட்ட இருக்கறதே ஒரே ஒரு
நல்ல வேட்டின்னு கரிசனம் இருந்தா, ஒரு
வெள்ளைத் துணில நடுவில் கட்டை விரல்
போகற அளவு ஓட்டை போட்டுக்கலாம்.
இல்லைன்னா, பிளாஸ்டிக்-ல Squeezer
கிடைக்குது. அதுல ஆள்காட்டி விரல் அளவு
ஓட்டை இருக்கற ஒண்ணு வாங்கி அதுல ஊறி
இருக்க மைதா மாவு கலவையை நிரப்பி
வச்சுக்கோங்க!

ஒரு தட்டையான Pan-ல் நெய் விட்டு அதைச்
சூடாக்கிக்கணும். சூடா இருக்கும் நெய்ல -
Squeezer-ஐ அழுத்தி ஐந்து அல்லது ஏழு வட்டம்
போடணும் - பென்சில்ல போட்டாலே வட்டம்
வராது இப்படி காத்துல வட்டம் போடச்
சொன்னா எப்படின்னு கேள்வி கேட்கக் கூடாது!
இரண்டு பக்கமும் திருப்பி விட்டு நல்ல
பொன்னிறமா வெந்த உடனே வெளியே எடுத்து

நெய் எல்லாம் சொட்டிய பிறகு கரைச்ச வைச்ச
இருக்க சர்க்கரைப் பாகுல ஒரு முக்கு! பத்து
பனினைஞ்ச நிமிஷத்துல ஜலேபா தயார்.....

யாருக்குங்க இந்த அளவு பொறுமையும்
நேரமும் இருக்கு! நம்மால ஆகாது அப்படின்னு
நினைக்கறவங்க எல்லாம் கையத் தூக்கிட்டு
வரிசையா நில்லுங்க பார்ப்போம்..... தில்லி
சாந்த்னி செளக்-ல இருந்து ஆர்டர்
கொடுத்துடலாம்!

என்ன நண்பர்களே.... ஜலேபாவை
ருசித்தீர்களா?



ஓட வைத்த கேசரி.....

திருவரங்கம் சென்றிருந்தபோது ஒருவர் வீட்டில் சிறுமிக்கு பிறந்த நாள். மகளின் பிறந்த நாளுக்காக அம்மா கேசரி செய்து தந்தாராம். அதை எங்களுக்கும் கொடுத்தார். சிறிய பாத்திரத்தில் ஒரு மூடி போட்டு கேசரி என்று சொல்லிக் கொடுத்தார். பாத்திரத்தின் மூடியை விலக்கிப் பார்த்தேன். கேசரி இப்படித்தான் இருந்தது!



அட்டா, இது என்ன பச்சை நிறத்தில்
இருக்கிறதே? என்று யோசித்தேன். கேசரி என்று
சொன்னார்களே, ஒரு வேளை பிஸ்தா
பருப்புகளை அரைத்துச் சேர்த்து
செய்திருப்பார்களோ, அதான் பச்சை
வண்ணமோ என்று நினைத்தபடியே பார்த்துக்
கொண்டிருந்தேன். இல்லை கீரை ஏதாவது
சேர்த்திருப்பார்களோ?

ஏற்கனவே இந்த மாதிரி கேசரி உண்டு
பழக்கப்பட்ட எனது மனைவி, சாப்பிட்டு
பாருங்க “நல்லாவே” இருக்கும், என அந்த
நல்லாவை கொஞ்சம் அழுத்தியே சொன்னார்.
சரி என்று கொஞ்சம் பச்சை கேசரியை எடுத்து
வாயில் போட்டேன். பச்சைக் கலரில் ரவா
உப்புமா சாப்பிட்ட ஒரு உணர்வு! என்ன இது?
என்று குழப்பத்துடன் மனைவியைப் பார்க்க
அவர் சொன்னார் – “ரொம்ப நல்லா
இருக்குல்ல?” என்று சிரித்தபடியே கேட்டு, ஒரு
கதையும் சொன்னார்.

அச்சிறுமியின் தாய்க்கு நெய் அறவே
பிடிக்காதாம். அதனால் நெய் வீட்டில் வாங்கவே
மாட்டாராம். அவருக்குப் பிடிக்காது என்பதால்,
வீட்டில் உள்ளவர் எவருக்கும் பிடிக்கக் கூடாது
என்று ஒரு உத்தரவு இட்டு விட்டார் போல!
அதனால் கேசரி கூட நெய் சேர்க்காது
ரிஃபைண்ட் எண்ணை தான் உபயோகிப்பாராம்
- முந்திரியை வறுக்கவும் எண்ணை தான்!

போலவே கேசரிக்கு சாதாரணமாக
பயன்படுத்தும் கேசரி பவுடர் தாய்க்குப்
பிடிக்காது. அதனால் அவருக்கு மிகவும் பிடித்த
பச்சை வண்ணத்தில் Food color சேர்த்து தான்
கேசரி செய்வாராம். இப்படி கேசரியின் எந்த
குணங்களும் இல்லாது இருக்கும் பச்சை
கேசரியைத் தான் செய்வாராம். தனக்குப்
பிடிக்காது என்று இப்படி ஒரு கேசரி செய்து, அது
தான் குழந்தைகளுக்கும் பிடிக்கும் என்றும்
சொல்கிறார். முந்திரி போடாமல், சிறிது கடுகு
தாளித்து, கருவேப்பிலை சேர்த்திருந்தால்
நிச்சயம் உப்புமாவாகத் தான் இருந்திருக்கும்.

இப்படி ஒரு கேசரி சாப்பிட்டு ஓடாத குறையாக
மீதி இருந்த பச்சை கேசரியிடமிருந்து
தப்பினேன். இல்லையெனில் நான் தான்
சாப்பிட்டு தீர்க்க வேண்டுமாம்! எதற்கு இந்த
வீண் வம்பு!

இப்படி இந்த பெண்மணியிடம் நிறைய சரக்கு
இருக்கிறது! தேங்காய் பர்ஃபி, நெய் விடாது
தேங்காய் எண்ணை விட்டு செய்வார்களாம்.
சேமியா பாயசம் செய்யும் போது சேமியாவினை
நெய்யில் வறுக்காது, சேமியாவை அப்படியே
தண்ணீரில் போட்டு வேக வைத்து, சர்க்கரை,
பால் சேர்த்தால் பாயசம். மைசூர் பாகு நெய்
விடாது செய்ய முடியுமா என்று இப்போது
கேட்டுக் கொண்டிருக்கிறார்கள். டால்டாவும்
பிடிக்காது!

அதனால் செய்யும் சில இனிப்புகளும் எண்ணை
விட்டு தான் செய்வார்கள். இது போலவே ஒரு
சில காய்கறிகள் தனக்குப் பிடிக்காது என்பதால்

அந்த காய்கறிகளை வாங்குவதும் இல்லை,
சமைப்பதும் இல்லை!

பச்சை கேசரி கொடுத்து விட்டு இப்படி ஒரு
யோசனையும் சொல்வார்களாம் – அந்த
யோசனை – “வேணும்னா நீங்க மேலே
கொஞ்சம் நெய் விட்டு சாப்பிடுங்க!” அட்டா
என்னவொரு யோசனை!

அது சரி, கேசரி சுவையாகச் செய்வது எப்படி என
எனக்குத் தெரியுமா என்று கேட்பவர்களுக்கு
பதில் சொல்லும் விதமாய் இங்கே குறிப்பு
தருகிறேன்!

கேசரி செய்வதற்கு முக்கியமான தேவை ரவை,
சர்க்கரை, கேசரி கலர், ஏலப்பொடி,
முந்திரிப்பருப்பு, உலர்ந்த திராட்சை மற்றும்
நெய். சரி தேவையான பொருட்களை வாங்கி
வைத்துக் கொண்டாயிற்று. அப்படியே எடுத்து
வைத்துவிட்டால் கேசரி தானாக வந்து விடுமா?
கொஞ்சம் உழைக்கத் தான் வேண்டும்!

ஒரு சின்ன வாணலியில் [இப்போது ஹிந்தி தெரியாத மறத்தமிழர்கள் கூட கடாய் என்று சொல்ல ஆரம்பித்து விட்டார்கள்!] 2 தேக்கரண்டி நெய் விட்டு, உலர் திராட்சை, முந்திரிப் பருப்பு ஆகியவற்றை பொன் [அதாங்க தங்கம்!] நிறமாக வறுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதைத் தனியாக எடுத்து கைக்கு எட்டாத தூரத்தில்கொஞ்சம் தள்ளி வைத்த பின் [இல்லை என்றால் நம் கை சும்மா இருக்காது! கேசரில போட்டு தான் சாப்பிட வேண்டும் என எதுவும் ஆணை இருக்கா என்ன? சும்மாவே சாப்பிட்டு விடுவோமே!], வாணலியில் இரண்டு தேக்கரண்டி நெய் விட்டு ஒரு கப் ரவையைப் போட்டு ரவை வாசனை போகும் வரை வறுக்க வேண்டும்.

பிறகு அதில் இரண்டரை கப் தண்ணீர் சேர்த்து அடுப்பை சிம்மில் வைத்து நன்கு வேக வைக்க வேண்டும். ரவை நன்கு வெந்ததும் ஒண்ணே முக்கால் கப் சர்க்கரை, சிறிதளவு கேசரி கலர் ஆகியவற்றை சேர்த்துக் கிளற வேண்டும்.

ஒட்டாமல் சேர்ந்து வரும் வரை இடையிடையே
சிறிது சிறிதாக நெய் விட்டுக் கிளறிக் கொண்டே
இருக்கவும். வாணலியோடு இருக்கும் கேசரியை
கொஞ்சம் நெய் சேர்த்து, ஏலப்பொடி தூவி
இறக்கி வைத்து வறுத்து வைத்திருக்கும் உலர்
திராட்சை, முந்திரியைக் கலந்தால் கமகமக்கும்
சுவையான கேசரி ரெடி!

ரவையைச் பொன்னிறமாக வறுப்பதிலும் நீரை
ஊற்றும் போது கெட்டிப் பிடிக்காமல்
கிளறுவதிலும் தான் சூட்சமம் உள்ளது.
போலவே, மஞ்சள், சிவப்பு நிறங்களில்
இருக்கும் கேசரி நிறமூட்டியை சிறிதளவே
பயன்படுத்த வேண்டும், அதிகம் போட்டால்
கசந்து விடும்.

என்ன நண்பர்களே இன்றைக்கு உங்கள் வீட்டில்
கேசரி உண்டா? இல்லை நீங்களும் பச்சை கேசரி
செய்து பார்க்கப் போகிறீர்களா?



சாப்பிட வாங்க: [G]காஜர் பராட்டா....

ஹிந்தியில் [G]காஜர் என்றால் கேரட். நம் ஊரில் கிடைக்கும் காரட் போல ச்சப்புன்னு இல்லாம இங்கே வடக்கில் கிடைக்கும் கேரட் மிகவும் சுவையாக இருக்கும். குளிர் காலங்களில் நிறையவே கிடைக்கும். அந்த சமயத்தில் ஒரு கிலோ கேரட் பத்து ரூபாய்க்கும் குறைவாகவே விற்கும். இரண்டு மூன்று கிலோ வாங்கி வந்து பச்சையாகவோ, கேரட் ஹல்வா, பராட்டா எனவோ செய்து சாப்பிடுவது வழக்கம். இன்றைக்கு [G]காஜர் பராட்டா செய்வது எப்படி எனப் பார்க்கலாம்!

தேவையான பொருட்கள்:

துருவிய கேரட் – மூன்று கப்.

பொடிப்பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி –
அரை கப்

பச்சை மிளகாய் – மூன்று [காம்பினை அகற்றி
பொடிப்பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும்]

துருவிய இஞ்சி – அரை ஸ்பூன்.

மல்லி மற்றும் ஜீரகம் பொடி செய்தது – இரண்டு
ஸ்பூன்

மிளகாய்த் தூள் – அரை ஸ்பூன்.

ஓமம் - அரை ஸ்பூன்

உப்பு – உங்களுக்கு எவ்வளவு தேவையோ
அவ்வளவு!

கோதுமை மாவு – ஆறு கப்.

எண்ணை தேவையான அளவு.



இதையெல்லாம் தயார் செய்து வைத்துக்
கொள்ளுங்கள். அடுத்து என்ன என்று
பார்க்கலாம்!

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

ஒரு கண்ணாடி கிண்ணத்தை எடுத்துக்
கொள்ளுங்கள் – கண்ணாடி கிண்ணம் எல்லாம்
எனக்கு சரிப்பட்டு வராது – கீழே போட்டு
விடுவேன் என நினைத்தால் – வாய் அகன்ற
வாணலியை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். அதில்
மேற்கண்ட அனைத்தையும் [எண்ணை தவிர]
போட்டு நல்லா ஒரு கலக்கு கலக்குங்க!
கொஞ்சமா தண்ணீர் சேர்த்து சப்பாத்திக்கு
பிசைவது போல பிசைந்து கொள்ளுங்கள்.
சாதாரணமாக தேவைப்படும் தண்ணீரை விட
குறைவாக இருப்பது நல்லது. நன்கு சேர்ந்து
வந்ததும் கொஞ்ச நேரம் அங்கிருந்து நகர்ந்து
வந்து பதிவுலகம் எப்படி இருக்குன்னு எட்டிப்
பார்த்துடுங்க! எதாவது பதிவு போட்டிருந்தால்,

அதற்கு கருத்து ஏதும் வந்திருக்கிறதா எனப் பார்த்து அதை பப்ளிஷ் பண்ணுங்க!

”ஒண்ணுமே comment வரலையே, என்ன பண்ணது?” என்று கேட்காமல் மத்தவங்களோட ஒரு பதிவு பார்த்து கமெண்ட், ஓட்டு எல்லாம் போட்டுட்டு திரும்பவும் கிச்சனுக்கு வாங்க!



பிசைந்து வைத்த மாவினை ஒரு சப்பாத்திக்கு எடுத்துக் கொள்ளும் மாவினை விட கொஞ்சம் அதிகம் எடுத்து உருண்டைகளாக உருட்டி வைச்சுக்கோங்க! அப்புறம் பூரிக்கட்டை, சப்பாத்திக்கல் இரண்டையும் எடுங்க! சப்பாத்தி மாதிரியே இடுங்க! கொஞ்சம் தடிமனா இருக்கட்டும். அதை தவாவில் போட்டு எண்ணையோ அல்லது நெய்யோ விட்டு நல்லா

சுட்டு எடுங்க! கொழுப்பு அதிகம்னு நினைச்சா
நெய் வேண்டாம். கொழுப்பில்லா எண்ணை
பயன்படுத்தலாம்! இரண்டு பக்கமும் நல்லா
பொன்னிறமா வெந்த பிறகு ஒரு ப்ளேட்ல
எடுத்து போட்டுடுங்க! இப்படியே இருக்கிற
எல்லா உருண்டைகளையும் பராட்டாவா
போட்டு எடுத்துடுங்க!



சுடச்சுட தட்டுல போட்டு வீட்டுல இருக்கிற
எல்லாருக்கும் கொடுங்க! என்னது சைட் டிஷ்
என்னவா? இதுக்கு சைட் டிஷ் ஒண்ணுமே
வேண்டாம் – கொஞ்சம் ஊறுகாய், ஒரு கப் தயிர்!
இது போதும். சுவையான டேஸ்டியான [G]காஜர்
பராட்டா ரெடி.

உஷார் குறிப்பு: சின்னச் சின்னதாய் பச்சை
மிளகாய் வெட்டி போட்டு இருக்குங்கறத
நினைவுல வைச்சுக்கோங்க! குழந்தைகளுக்கு
கொடுக்கும்போது முடிஞ்சா அந்த
மிளகாய்களை பராட்டாவிலிருந்து எடுத்துடுங்க!

இன்னிக்கு உங்க வீட்டுல [G]காஜர் பராட்டா
தானே.... தோ வந்துட்டே இருக்கேன். நான்
சொன்னமாதிரி சரியா செஞ்சு இருக்கீங்களான்னு
பார்க்க வேண்டாமா?



சாப்பிட வாங்க: சாலையோர உணவுத் திருவிழா



தலைநகரில் அவ்வப்போது சாலையோர உணவுத் திருவிழா நடப்பது வழக்கம். அப்படி நடந்த திருவிழா ஒன்றிற்கு சென்றபோது கிடைத்த அனுபவங்கள் இங்கே.... தேசிய சாலையோர வியாபாரிகள் சங்கம் ஏற்பாடு செய்திருந்த இத் திருவிழாவிற்கு இரண்டு நாட்கள் தொடர்ந்து நண்பர்களோடு சென்றிருந்தேன் [ஒரே இடத்திற்கு இரண்டு

நாட்கள் தொடர்ந்து சென்ற காரணம்
என்னவோ? அதைக் கடைசியில் பார்க்கலாம்!]

தில்லி, உத்திரப் பிரதேசம், பஞ்சாப், குஜராத்,
ஒடிசா, ஆந்திரப் பிரதேசம், கர்நாடகா, கேரளா,
மேற்கு வங்கம் மற்றும் தமிழகத்திலிருந்து
சாலையோர வியாபாரிகள் ஐம்பதிற்கும்
மேற்பட்ட கடைகளை தில்லியின் Constitution
Club வளாகத்தில் அமைத்திருந்தனர். ஒவ்வொரு
ஊரின் கடையிலும் அந்தந்த ஊரின் சிறப்பான
உணவுப் பொருட்களை விற்பனைக்கு
வைத்திருந்தார்கள்.

சனிக்கிழமை சென்றபோது தமிழகத்தின்
உணவுக் கடைகளில் என்ன இருக்கிறது என்று
பார்த்தோம். வெண் பொங்கல் [ரூபாய் 20/-],
அசோகா ஹல்வா மற்றும் தோசை ஆகியவை
வைத்திருந்தார்கள். மூன்றையும் சுவைத்தோம்.
தோசை மாவு தீர்ந்து விட்டது போலும்,
அதனால் அரிசி மாவினைக் கோதுமை மாவுடன்
கலந்து செய்து கரைத்த தோசையை தோசை

[ரூபாய் 20/-] என்று விற்றுக் கொண்டிருந்தார்கள்.
அசோகா ஹல்வா நன்றாக இருந்தது.
பொங்கலும் ஓகே ரகம். தில்லியில் இப்போது
இருக்கும் குளிருக்கு சூடாக இருந்தால் நன்றாக
இருந்திருக்கும். ஆனால், பொங்கல், ஹல்வா
இரண்டுமே சூடின்றி ஜில்லென்று தான்
இருந்தது.



ஜிலேபி



மால்புவா

தில்லி ஸ்டாலில் ஆலு பராட்டா, கோபி
பராட்டா, என நான்கு வகை பராட்டா இருந்தது.
பீஹார் மாநில ஸ்டாலில் பாலில் மைதா கலந்து
செய்யும் ஜிலேபி வைத்திருந்தார்கள். மைதாவில்
வாழைப்பழம் கலந்து செய்யும் “மால்புவா”
தீர்ந்து விட்டது. அதனால் ஒரு ஜிலேபி பத்து
ரூபாய் என்று விற்றதை வாங்கி ருசித்தோம்.



மக்கி தா ரொட்டி-சர்சோன் கா சாக்

பஞ்சாப் மாநிலத்தின் கடைகளில் ”மக்கி தா
ரொட்டி-சர்சோன் கா சாக்” விற்பனை
அமோகமாக இருந்தது. என்னப்பா இது புரியாத
ஐட்டமா இருக்கே என்பவர்களுக்கு, சோள
மாவில் செய்யும் சப்பாத்தியும்
தொட்டுக்கொள்ள கடுகுக் கீரை சப்ஜியும் தான்.

இது குளிர்காலத்தில் சாப்பிட மிகவும் ஏற்ற உணவு. உடலுக்கு சூடு கொடுக்கும் உணவு என்பதால் பெரும்பாலான வட இந்தியர்கள் வாரத்திற்கு ஒரு முறையாவது இதைச் சாப்பிடுவார்கள். அதிக கும்பல் இருந்ததால் அதை வாங்கிச் சாப்பிட வில்லை. மூன்று நான்கு மாநில ஸ்டால்களில் உண்டதே சற்று அதிகமாகத் தோன்றியதால், தில்லியின் ஒரு ஸ்டாலில் மீட்டா பான் [15 ரூபாய்] வாங்கி சுவைத்து வீடு திரும்பினோம். நாரியல் பான் கூட விற்றார்கள் – பான் மேல் தேங்காய் பொடி தூவி இருந்தது!

முதல் நாள் சென்று வந்ததை பத்மநாபன் [ஈஸ்வரன்] அண்ணாச்சியிடம் சொன்னபோது, "மீண்டும் செல்லலாம் வாங்க" என்று சொல்லவே அடுத்த நாளும் சென்றோம். அன்றே கடைசி என்பதால், நாங்கள் சென்றபோதே தமிழகத்திலிருந்து வந்திருந்தவர்கள் கிளம்பிச் சென்று விட்டார்கள். கேரளத்தின் கடைகளில் கப்பா, மீன்வருவல்,

என்றெல்லாம் வைத்திருந்தார்கள். கர்நாடக கடைகளில் எலுமிச்சை சாதம், புளி சாதம் என்றெல்லாம் வைத்திருந்தார்கள். ஆந்திராவின் கடையில் ஹைதை பிரியாணி! இதையெல்லாம் தான் எப்போதும் சாப்பிடுகிறோமே என நினைத்து சற்றே வித்தியாசமாக சாப்பிடலாம் என முடிவு செய்தோம்.

ஒடிசாவின் ஒரு ஸ்டால் இருந்தது. அங்கே ஒரு பெண்மணி எதையோ விற்றுக் கொண்டிருந்தார். இது சைவமா, அசைவமா என்று கேட்கவே “Pure bej” என்றார். சரி இதன் பெயர் என்ன என்றோம்? ”மூங் தால் கா ரஸ்பரா” என்று சொல்லவே, சரி பயத்தம்பருப்பு கொண்டு செய்த உணவு என்று புரிந்தது. ஏதோ காரம் என நினைத்தால் இனிப்பு! ஒரு பீஸ் ரூபாய் 15/-.



Bhav Nagri Gathiya

அங்கிருந்து நகர்ந்து வந்தோம். குஜராத்
கடையிலும் நிறைய மக்கள் இருந்தார்கள்.
அங்கே “Bhav Nagri Gathiya” என்று ஒரு
திற்பண்டம் வைத்திருந்தார்கள். சரி
வித்தியாசமாக இருக்கிறதே என ஒரு ப்ளேட்
ஆர்டர் செய்தோம் [ரூபாய் 20/-]. ஒரு வித
மஞ்சள் நிறத்தில் நீள நீளமாக ஃபிங்கர் சிப்ஸ்
போன்று இருந்தது. அதன் மேல் வெங்காயத்
துண்டுகளையும், சாஸ் போன்று ஒரு
திரவத்தினையும் ஊற்றிக் கொடுத்தார்கள்.
என்னவென்று சாப்பிட்டு பார்த்தால், கடலை
மாவு கொண்டு செய்யப்பட்ட ஒரு நொறுக்ஸ்!

மொத்தத்தில் இரண்டு நாட்களும் விதம்விதமாய்
உண்டு வந்தோம். சிறப்பான ஏற்பாடுகள்
என்றாலும், திறந்த வெளியில் வைத்திருந்தால்
இன்னும் நன்றாக இருந்திருக்கும். மூடிய
அரங்கினுள் வைத்து அதில் எல்லாவித உணவுப்
பொருட்கள் தயாரிப்பில் உருவாகும் புகையும்,
குப்பைக் கூடைகள் வைத்திருந்தாலும்

சாப்பிட்ட கழிவுகளை ஆங்காங்கே போட்ட
மக்களும் ரொம்பவே படுத்தினார்கள்.

தில்லி மக்கள் சாதாரணமாகவே சாலையோர
உணவுப் பிரியர்கள் – இங்கே ஆலூ டிக்கி, பானி
பூரி கடைகளில் இருக்கும் மக்கள்
வெள்ளத்தினைப் பார்த்தாலே புரியும். அங்கும்
அலைமோதியது கூட்டம். முதல் நாள்
பத்தாயிரம் பேர் வந்தார்களாம். இரண்டாம் நாள்
25000, கடைசி நாளான ஞாயிறன்று 50000 பேர்
வந்திருப்பதாக ஏற்பாடு செய்தவர்கள்
பெருமையுடன் சொல்லிக் கொண்டு
இருந்தார்கள்.

அது சரி, இரண்டு நாளும் சென்றது எதற்கு? ஒரே
நாளில் இத்தனையும் உண்டால் வயிறு என்ன
ஆவது? அதான்!



சாப்பிட வாங்க: ஷாஹி பனீர்!

இந்த ஷாஹி பனீர் செய்முறை எனது மனைவி எழுதியது! ஏன் உங்க மின்புத்தகத்துல எனக்கு ஒரு பக்கம் கிடையாதா? என்று கேட்டு வாங்கிக் கொண்டது!



பெரும்பாலான வட இந்திய உணவகங்களில்
"ஷாஹி பனீர்" என்பது சப்பாத்திக்கு

தொட்டுக்கொள்ள கிடைக்கும் ஒரு சப்ஜி....
இதைத் தான் நம் தமிழகத்தில் "பனீர் பட்டர்
மசாலா" என்று அழைக்கிறார்கள். வடக்கே
கிடைக்கும் ஷாஹி பனீரை" ஒரு முறை
சாப்பிட்டு விட்டால், பனீர் பட்டர் மசாலா என்று
தரப்படுவதை நிச்சயம் சாப்பிடத் தோன்றாது
உங்களுக்கு! எப்படி இருந்த ஷாஹி பனீரை
இப்படி ஆக்கிட்டாங்களே என்று நிச்சயம்
புலம்புவீர்கள்.... நான் புலம்பியதுண்டு –
திருச்சியில் இருக்கும் உணவகத்தில் இதை
சுவைத்தபோது.....

தில்லியில் நாங்கள் முன்பு இருந்த பகுதியில்
"கோவிந்த் தாபா" என்று ஒரு சின்ன உணவகம்
உண்டு. அங்கே நண்பர்களோடும், நாங்களும்
பலமுறை சென்று ஷாஹி பனீருடன் தந்தூரி
ரொட்டி சாப்பிட்டதுண்டு. அங்கே சாப்பிட்டது
தவிர, வீட்டிலும் பலமுறை செய்தும்
சாப்பிட்டிருக்கிறோம். திருச்சியில் இந்த பனீர்
சின்னச் சின்ன கடைகளில் கிடைப்பதில்லை.
தில்லியில் பால் வாங்கும் கடைகளிலும், மதர்

டெரி பால்பூத்களிலும் கிடைக்கும் பனீர்,
திருவரங்கத்தின் ஐஸ்க்ரீம் பார்லரில்
சொல்லிவைத்தால் எப்போதாவது கிடைப்பது
உண்டு.

தில்லியில் வாரத்தில் ஒருநாளாவது காலை
உணவுக்கு ப்ரெட் சாப்பிட்டு பழகிய எங்களுக்கு
ப்ரெட் கிடைக்காது திண்டாடித் தான்
போகிறோம். என் மகள் கடைக்கு சென்றாலே
ப்ரெட்டைத் தவிர வேற என்ன வேண்டும் என
கேட்பதோடு, ”அம்மா என்னை கடைக்கு
அனுப்பாதே” என சொல்லத்
துவங்கிவிட்டாள்....:)))

சரி! வாங்க! ஷாஹி பனீர் எப்படி செய்யறதுன்னு
பார்க்கலாம்...

தேவையானப் பொருட்கள்:

பனீர் – 100 கிராம், மிளகாய்த்தூள் – ½
தேக்கரண்டி, தனியாத்தூள் – 1 தேக்கரண்டி, கரம்

மசாலா – ½ தேக்கரண்டி, மஞ்சள்தூள்- ¼
தேக்கரண்டி, உப்பு – தேவைக்கேற்ப, எண்ணெய்
– தேவையான அளவு, சீரகம் – ½ தேக்கரண்டி.

அரைக்க:

வெங்காயம் – 2, தக்காளி – 2, இஞ்சி – 1 துண்டு,
பச்சை மிளகாய் – 1, தனியா – 1 தேக்கரண்டி.

செய்முறை:

மிக்சியில் அரைக்க கொடுத்துள்ள பொருட்களை
போட்டு நன்கு விழுதாக அரைத்துக்
கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு
சூடானதும் சீரகம் தாளிக்கவும். அடுத்து அரைத்த
விழுதை சேர்த்த பின் கொதிக்க ஆரம்பித்ததும்
உப்பு, மஞ்சள்தூள், மிளகாய்த்தூள்,
தனியாத்தூள், கரம் மசாலா என அனைத்தும்
சேர்த்து நன்கு வதக்கவும். எண்ணெய் பிரியத்
துவங்கியதும் க்ரேவிக்கு தேவையான தண்ணீர்
சேர்த்து கொதிக்கும் போது, பனீரை தண்ணீரில்

அலசி விட்டு துண்டங்களாக நறுக்கி க்ரேவியில்
சேர்த்து இரண்டு நிமிடத்தில் இறக்கவும்.
பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லியால்
அலங்கரிக்கவும்.

சுவையான ”ஷாஹி பனீர்” சப்பாத்தி, பூரி, நாண்
மற்றும் புலாவ் இவற்றுடன் சாப்பிட
ஏற்றதாகும்.

சில மேலதிகத் தகவல்கள்:

பனீர் சேர்ப்பதற்கு முன்னால் இருக்கும்
க்ரேவியில் காய்கறிகளையோ, பயறுகளையோ
சேர்த்து ஏகப்பட்ட சப்ஜிக்களை செய்யலாம்.

சப்ஜியை இறக்குவதற்கு முன்னால் ப்ரெஷ் க்ரீம்
சேர்க்கலாம். வெண்ணெயும் சேர்க்கலாம்.

க்ரேவியில் சில முந்திரிகளை அரைத்தும்
சேர்க்கலாம்.

கசூரி மேத்தி எனப்படும் காய்ந்த
வெந்தயக்கீரையும் சேர்க்கலாம்.

க்ரேவியில் தயிர் சிறிதும் சேர்க்கலாம்.

எக்காரணத்தை கொண்டும் பனீரை
எண்ணெயில் பொரிக்கக் கூடாது. தாபாக்களில்
பலமுறை பார்த்ததால் சொல்கிறேன். பனீரை
கடைசியாக க்ரேவியில் சேர்த்த பின் ஒரு கொதி
மட்டுமே விட வேண்டும்.

இப்படி விருப்பத்திற்கேற்ப எதை
வேண்டுமானாலும் சேர்த்துச் செய்யலாம்.
என்ன! உங்கள் வீட்டிலும் செய்து பார்ப்பீர்கள்
தானே.....:))

ஆதி வெங்கட்



சாப்பிட வாங்க: இதுதாண்டா மைசூர்பாக்!

என் நண்பருக்கு சமையல்ல ரொம்பவுமே ஈடுபாடு! அவ்வப்போது எதாவது புதுப்புது முயற்சில இறங்கிப் பார்த்துடுவார். போன தீபாவளி சமயத்தில அவருக்கு மைசூர்பாகு பண்ணனும்னு ஆசையோ ஆசை. அதுனால வேட்டியை மடிச்சிக் கட்டிட்டு சமையல் களத்தில இறங்கிட்டாரு. இருக்கிற எல்லா சமையல் குறிப்பு புத்தகங்களையும் புரட்டிப்போட்டு “மைசூர்பாகு” செய்வது எப்படின்னு ஒரு சிறிய பேப்பர்ல அவரோட குறிப்ப எழுதி வைச்சுக்கிட்டு என்னவோ “கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ்” காரங்களுக்கே தான் தான் மைசூர்பாகு செய்ய சொல்லிக் கொடுத்த மாதிரி

சமையலறைக்குள் நடிகர் பி. எஸ். வீரப்பா மாதிரி
வெகு வீராப்பா போனார்.

சிறிது நேரத்தில் சமையலறையிலிருந்து
பலவிதமான வாசனைகள். அதுல நெய் வாசனை
மட்டும் கொஞ்சம் அதிகமாகவே வர
ஆரம்பித்தது. அப்பப்ப வாணலில கரண்டி
தட்டற சத்தமும் கூடவே முந்திரி, பாதாம்
பருப்பு, திராட்சை எல்லாம் நெய்ல வருத்து
போட்டாதான் “மைசூர்பாகு” எடுப்பா
இருக்கும்னு நடுநடுவுல அவரோட நிபுணர்
கருத்து வேற எங்கள் காதில் விழுந்தது. பலமான
எதிர்பார்ப்போடு நாங்க எல்லோரும் வெளியே
காத்திட்டிருந்தோம்.

பத்துப் பதினைந்து நிமிடங்களுக்குப் பிறகு
வாணலியில் இருந்ததை நெய் தடவி வைத்த ஒரு
தட்டில் கொட்டி சமமாக பரப்பி வெளியே
கொண்டு வந்து எங்களின் முன் வைத்துவிட்டு
“கொஞ்ச நேரம் ஆறட்டும், அப்புறம் கத்தியால
துண்டு போட்டு சாப்பிடலாம்” என்று

சொன்னவரின் வாயிலிருந்து இன்னொரு முத்தான நிபுணர் கருத்தும் உதிர்ந்தது. “பாருங்க, பார்க்கும் போதே சாப்பிடணும்போல இருக்கு இல்ல!” என்று.

கொஞ்ச நேரத்துக்கப்புறம் ஒரு கத்தியில் நெய்யைத் தடவி தட்டுல இருந்ததைத் துண்டு போட களமிறங்கினார். கத்தி உள்ளே போகாததால இன்னும் கொஞ்சம் பலமா அழுத்தினதில் கத்தி உடைஞ்சு இரண்டு துண்டா போச்சு. “சே ஒரு கத்திகூட இந்த வீட்டுல சரியா இல்ல!”-ன்னு சலிச்சுக்கிட்டே வேறு ஒரு கத்தியால் முயற்சி பண்ணார். கொஞ்ச நேர போராட்டத்துக்குப் பின் அலைபேசியை எடுத்து யாரு கிட்டயோ பேசி இந்த கதையை சொல்லி இதை சரி செய்ய எதாவது வழி இருக்கான்னு கேட்டார்.

அவர் அதன் மேல் கொஞ்சம் பாலை விடச் சொன்னார் போல. சரின்னு அரை லிட்டர் பாலை விட்டா அது ஊறி வந்துடும், அப்புறம்

துண்டு போடலாம்னு நினைச்சா தட்டில் இருந்த
மைசூர்பாகு ‘உனக்கும் பெப்பே, நீ விட்ட
பாலுக்கும் பெப்பே”னு நண்பரைப் பார்த்து
சிரிச்சது. சோகத்தோடு அந்த தட்டை எடுத்து
ஃப்ரிட்ஜ்ல வைச்ச கொஞ்ச நேரம் கழிச்ச
எடுத்துட்டு திரும்பவும் முயற்சி பண்ணார்.
நாங்க வீட்டுல இருந்த சுத்தி, உளி எல்லாம்
எடுத்து அதை உடைச்சா, சில்லு சில்லா வந்தது.
அதை எடுத்துப் போட்டு மிக்ஸில ஒரு ஓட்டு
ஓட்டி திரும்பவும் வாணலியில் நெய்யைக்
கொட்டி அதில் போட்டு கிளறினார். அது ஒரு
மாதிரி அல்வா பதத்துக்கு வந்ததும் சூட்டோட
அதை உருண்டைகளா உருட்டி “இது தாண்டா
மைசூர்பாகு”-னு எங்களுக்கெல்லாம்
கொடுத்துட்டு குளிக்கப் போய்ட்டார்.

போவதற்கு முன்னாடி “இந்த மைசூர்பாகு
அல்வாவை வாயில போட்டா நெய் மாதிரி
கரையும்”-னு வேற சொன்னார். நாங்களும் அதை
நம்பி வாயில போட்டு ஒரு கடி கடிக்க ரொம்ப
நாளா ஆடிட்டு இருந்த என் இன்னொரு

நண்பரின் ஒரு பல் "அய்யய்யோ நம்மால
முடியாதுப்பா"-ன்னு வாயில இருந்து தாவி
வெளியில் வந்து விழுந்ததுதான் மிச்சம்.

சரி பசிக்கு கொஞ்சம் தண்ணியையாவது குடிச்ச
வைப்போம்னு சமையலறைக்குப் போனா –
அது ஒரு யுத்த பூமி மாதிரி களேபரமா இருந்தது.
அதைச் சுத்தம் செய்யவே இரண்டு மணி நேரம்
ஆச்சுன்னா பாருங்களேன்.

இப்ப கொஞ்ச நாளா “ஜாங்கிரி”
செய்யப்போறேன்னு எங்களை எல்லாம் கதி
கலங்க வச்சிகிட்டு இருக்காரு. "யாராவது
எங்களை காப்பாத்துங்களேன்!" ப்ளீஸ்.



சாப்பிட வாங்க:

[ch]சுக்.....

என்னங்க இது [ch]சுக் – இஞ்சி காய்ஞ்சா சுக்கு
என்பதில் “சு” வை மட்டும் எடுத்துட்டு அதைச்
சாப்பிட வேற கூப்பிடறீங்களே? என்று
கலக்கமடைய வேண்டாம். “கடவுள் பாதி
மனிதன் பாதி, கலந்து செய்த கலவை நான்”
என்ற பாடல் போல சட்னி பாதி, ஊறுகாய் பாதி
கலந்து செய்த கலவை தான் இந்த [ch]சுக்.....

ஹிமாச்சலப் பிரதேசத்தின் மாவட்டங்களில்
ஒன்று [ch]சம்பா..... ஹிமாச்சலத்தில்
பெரும்பாலான மாவட்டங்கள்
மலைப்பிரதேசமாக இருக்க, இந்த மாவட்டம்
சமவெளியில் இருக்கும் ஒரு மாவட்டம்.
[ch]சம்பா என்றவுடன் அங்கே மூன்று
விஷயங்கள் மிகவும் பிரபலம் என்று
சொல்வார்கள் வட இந்திய மக்கள்.... அந்த

மூன்று விஷயங்கள், கைக்குட்டைகளில்
வரையும் இயற்கை ஓவியங்கள், செருப்புகள்
மற்றும் இந்த [ch]சுக்....

சாதம், சப்பாத்தி, பூரி என அனைத்துடனும் இந்த
[ch]சுக் வைத்து சாப்பிடலாம். ஹிமாச்சலப்
பிரதேசத்தின் [ch]சம்பா மாவட்டத்திற்குச்
சென்றிருந்த போது அனைத்து
உணவகங்களிலும் இந்த [ch]சுக் தருவது
வழக்கம். அங்கே சாப்பிட்டபோது
பிடித்திருக்கவே எப்படிச் செய்ய வேண்டும்
என்பதைக் கேட்டுக் கொண்டு வந்தேன்.
அங்கேயிருந்து தில்லி திரும்பும்போது
கடைகளில் கிடைக்கும் [ch]சுக் வாங்கியும்
வந்தேன். சரி எப்படி செய்வது, என்னென்ன
பொருட்கள் தேவை என்பதைப் பார்க்கலாமா?

தேவையான பொருட்கள்:

ராய் [அ] கடுகு – 2 ஸ்பூன், வெந்தயம் – ½ ஸ்பூன்,
பெருஞ்சீரகம் – 2 ஸ்பூன், ஓமம் – 1 ஸ்பூன்,

பெருங்காயம் – கொஞ்சமாக, சீரகம் – 2 ஸ்பூன்,
கொத்தமல்லி விதை 1 ஸ்பூன், சமையல்
எண்ணை – 1 கப், பச்சை மிளகாய்
கொரகொரவென அரைத்தது – 1 கப், இஞ்சி-
பூண்டு – கொரகொரவென அரைத்தது – ½ கப்,
ஆம்கூர் பொடி – 2 ஸ்பூன், மஞ்சள் பொடி – 1
ஸ்பூன், மிளகாய் பொடி – 1 ஸ்பூன், எலுமிச்சை
சாறு – ஒரு ஸ்பூன், உப்பு – தேவையான அளவு!

அப்பாடி எவ்வளவு பெரிய பட்டியல்!

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

கடுகு, வெந்தயம், பெருஞ்சீரகம், ஓமம், சீரகம்,
கொத்தமல்லி விதை, பெருங்காயம்
ஆகியவற்றை வாணலியில் போட்டு
பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

வறுத்து வைத்ததை சூடாறிய பிறகு மிக்ஸி
ஜாரில் போட்டு அரைத்துக் கொள்ள
வேண்டியது அடுத்த வேலை!

வாணலியில் எண்ணை விட்டு, அடுப்பில் வைத்து சூடாக்க வேண்டும். எண்ணை சூடான பிறகு அரைத்து வைத்த கலவையைப் போட்டு இரண்டு நிமிடங்கள் வரை வதக்க வேண்டும்!

அதன் பிறகு பச்சை மிளகாய், மற்றும் இஞ்சி பூண்டு அரைத்து வைத்ததை வாணலியில் சேர்த்து, மிதமான சூட்டில் கலந்து கொண்டே இருக்க வேண்டும். பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, பூண்டு ஆகியவை நன்கு பதமாக வெந்து விடும்.

பிறகு, உப்பு, மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள் தூள், ஆம் சூர் பொடி ஆகியவற்றையும் கலந்து இரண்டு நிமிடங்கள் வதக்கினால் போதும். அடுப்பினை நிறுத்தவும்.

வாணலியில் இருப்பது நன்றாக ஆறியவுடன் ஒரு பாட்டிலில் எடுத்து வைத்துக் கொள்ளலாம். அதன் மேலே எலுமிச்சை சாறையும் ஊற்றி வைத்து விட வேண்டும். சப்பாத்தி, பூரி, சாதம்

என எதனுடனும் இந்த [ch]சுக்
தொட்டுக்கொண்டு சாப்பிடலாம். கொஞ்சம்
காரம் அதிகமாகத் தான் இருக்கும் என்பதை
முன்பே சொல்லி விடுகிறேன். இந்த [ch]சுக்
இன்னும் சில வேறுபாடுகளுடனும்
கிடைக்கிறது.

பச்சை மிளகாய்க்கு பதிலாக சிவப்பு மிளகாய்
சேர்த்து செய்யும் ஒரு வகையும், பச்சை-சிகப்பு
மிளகாய் கொஞ்சமாகவும், இஞ்சி அதிகமாகவும்
சேர்த்து செய்யும் ஒரு வகையும் உண்டு. காரம்
அதிகம் என நினைப்பவர்கள் கொஞ்சம் முந்திரி,
பாதாம், அக்ரூட் போன்றவற்றை கொஞ்சமாக
பொடித்துச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்!

எல்லாமே நம்ம ஊரிலும் கிடைக்கும்
பொருட்கள் என்பதால் அனைவருமே செய்து
பார்க்கலாம்! என்ன செய்து பார்க்கப்
போகிறீர்கள் தானே?



சாப்பிட வாங்க: ஆலு குந்த்ரு சப்ஜி – *Alu goes with everything!*



ஆலு-குந்த்ரு சப்ஜி!

லாலு பிரசாத் யாதவ் – இவரை உங்களுக்கு
அறிமுகப்படுத்தும் அவசியமில்லை – பீஹார்
மாநிலத்தின் முதல்வராகவும், இந்திய அரசின்
ரயில்வே துறை அமைச்சராகவும் இருந்தவர்.
இவர் பேசும் போது உதிர்க்கும்
பொன்மொழிகள் பல உண்டு! எதைச் சொல்ல,

எதை விட.... இருந்தாலும் இங்கே ஒன்றே ஒன்று
மட்டும் - “Jab tak samosa mein rahega aalu, Bihar
mein rahega Lalu” – இதன் அர்த்தம் “சமோசாவில்
உருளைக்கிழங்கு இருக்கும் வரை, பீஹாரில்
லாலு இருப்பான்!” பீஹார் மக்கள் மட்டுமல்ல,
இந்தியாவிலுள்ள அனைவராலும்
மறக்கமுடியாத ஒரு அரசியல்வாதி லாலு!
இப்பதிவில் பார்க்கப் போவது லாலுவைப் பற்றி
அல்ல!

லாலு மாதிரியே ஆலுவும் – அதாங்க நம்ம
உருளைக்கிழங்கும் ஆல்ரவுண்டர் – எதனுடன்
வேண்டுமானாலும் கூட்டணி சேர்ந்து
கொள்ளும் திறன் நம்ம ஆலுவுக்கு உண்டு!
வடக்கே முக்கியமான உணவு சப்பாத்தி
என்றால் அதற்கு இணையாக ஆலுவுக்கும்
இடம் உண்டு! எந்த சப்ஜி செய்தாலும் இரண்டு
ஆலுவ வெட்டிப் போட்டுடலாம்னு சொல்லும்
வடக்கத்திய நண்பர்கள் உண்டு! இன்று சாப்பிட
வாங்க பதிவில் பார்க்கப் போகும் ஆலு-குந்த்ரு
சப்ஜியிலும் ஆலு உண்டு! *Alu goes with everything!*



கட்டிங்! கட்டிங்!!

தேவையான பொருட்கள்: ஆலு [மூன்று [அ] நான்கு], குந்த்ரு என ஹிந்தியில் அழைக்கப்படும் கோவைக்காய் – ¼ கிலோ, வெங்காயம் – 1, கொஞ்சம் இஞ்சி, தாளிக்க – கடுகு, ஜீரகம், தேவைப்பட்டால் சோம்பு, கரம் மசாலா, தனியா பொடி, மிளகாய் பொடி, பெருங்காயப் பொடி – எனக்கு ஒரு பழக்கம், பக்கத்துல எந்தப் பொடி இருந்தாலும் போட்டு விடுவேன் [அதுக்காக மூக்குப் பொடி போடுவியா என்று கேட்கக் கூடாது!]

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?



ஃபுல்கா சப்பாத்தி - ஆலு-குந்த்ரு சப்ஜியுடன்!

குந்த்ருவை, நீளமாவோ, ரவுண்டாவோ,
பொடிப்பொடியாவோ எப்படி உங்களுக்குப்
பிடிக்குமோ அப்படி நறுக்கி வைங்க!
சோம்பேறிகள் நீட்டு நீட்டா நறுக்கலாம் [இப்ப
போட்டிருக்கும் படம், சோம்பேறி வெங்கட்
நறுக்கியது! பொடிப்பொடியாவும் சில
சமயங்களில் நறுக்குவேன்!] ஆலுவை தோல்
சீவி சின்னச் சின்னத் துண்டுகளாகவும், இஞ்சி
தோல் நீக்கி பொடிப்பொடியாவும், வெங்காயம்
சின்னச் சின்னத் துண்டுகளாகவும் [தோலை
நீக்கிட்டுதான்!] நறுக்கணும்!

வாணலிய அடுப்புல வச்சு, கொஞ்சமா
எண்ணை விட்டு, அது காய்ந்ததும், கடுகு
போடணும். அது வெடிச்சப்புறம், ஜீரகம்,
சோம்பு போட்டு, இஞ்சி, வெங்காயம் போட்டு
வதக்கணும். கொஞ்சமா மஞ்சப்பொடி,
பெருங்காயம் போட்டு ஒரு கலக்கு...
வெங்காயம் பொன்னிறமா மாறினதும்,
உருளைக்கிழங்கு போட்டு கொஞ்சம் வதக்..
அப்புறமா குந்த்ரு எனும் கோவக்காய்
போட்டுக்கலாம்! இந்தக் கோவக்காய்
நெய்வேலில இருந்தவரை சாப்பிட்டதில்லை!
ஸ்லேட் தேய்க்க மட்டுமே பயன்படுத்தி
இருக்கேன்! உப்பு, மிளகாய் பொடி, தனியாப்
பொடி, கரம் மசாலா, என எல்லாம் போட்டு ஒரு
கலக்கு!

கொஞ்சமா தண்ணீர் விட்டு மூடி வைக்கலாம்!
அப்பப்ப மூடி திறந்து ஒரு கலக்கு! கொஞ்சம்
அங்கே இங்கே எட்டிப் பார்த்துட்டு வந்து
மீண்டும் கொஞ்சம் கலக்கு! நல்ல வெந்த பிறகு

அடுப்பை அணைத்து, வாணலியை இறக்கி விட
வேண்டியது தான். மேலே தேவைப்பட்டால்
தனியா தழைகளை சின்னச் சின்னதா நறுக்கி
மேலே தூவலாம்! பெரும்பாலும் வட இந்திய
சப்ஜிகளில் கருவேப்பிலை சேர்ப்பதில்லை!
கிடைப்பதில்லை என்பதும் ஒரு காரணம்!
வேண்டுமென்றால், கிடைத்தால் சேர்த்தா,
குந்த்ரு ஒண்ணும் கோச்சுக்காது!

சரியா, இப்படி செய்த ஆலு-குந்த்ரு சப்ஜி
ஃபுல்கா என அழைக்கப்படும் சப்பாத்திக்கு
நல்ல காம்பினேஷன்! செய்து பாருங்களேன்!



ராஜஸ்தானி உணவு – கேர் சாங்கர் – பேசன் கெட்டா



கேர் சாங்கர்/சாங்க்ரி.....

தில்லியில் இரண்டாவது தேசிய கலாச்சார விழா நடந்தது. ஒவ்வொரு நாளும் பல நடன நிகழ்ச்சிகள், கச்சேரிகள் என அமர்க்களப்படுத்துகிறார்கள். காலை முதல் இரவு பத்து மணி வரை ஒவ்வொரு நாளும் தொடர்ந்து நிகழ்ச்சிகள். மாலை முக்கியமான நிகழ்வுகள். பல மாநிலங்களில் இருந்தும்

வந்திருக்கும் கலைஞர்கள் தவிர பல
கைவினைப் பொருட்கள் செய்பவர்களும்
வந்திருக்கிறார்கள், உணவுக் கடைகள் ஏற்பாடும்
உண்டு.

அலுவலகத்தில் இந்த நேரம் பார்த்து அதிக
வேலைகள்..... தினம் மாலை நேரம் அங்கே
செல்ல முடியவில்லை. இரண்டு நிகழ்ச்சிகள் –
ஒன்று உஷா உதூப் அவர்களின் கச்சேரி,
மற்றொன்று மனோஜ் திவாரி கச்சேரி – மட்டும்
போக முடிந்தது. அங்கே பார்த்த நிகழ்ச்சிகள்,
நடனங்கள் பற்றி பிறகு எழுதுகிறேன்.
இன்றைக்கு சில உணவு வகைகள் பற்றி மட்டும்
பார்க்கலாம்! முதல் நாள் அங்கே சென்றபோது
ஒன்றும் சாப்பிடவில்லை. இரண்டாம் நாள்
சென்றபோது உணவுக்கடை பக்கம் செல்ல,
அங்கே பல மாநிலங்களிலிருந்தும் கடைகள்,
பல்வேறு உணவுகள் இருக்க, ராஜஸ்தானி
உணவுக்கடைக்குச் சென்றேன்.

முதலில் கச்சோடி மட்டும் சாப்பிடலாம் என
நினைத்து 50 ரூபாய்க்கு டோக்கன்
வாங்கியபிறகு, அது மட்டும் சாப்பிட்டால்,
வீட்டிற்கு வந்த பிறகு சமைக்க வேண்டுமே என
50 ரூபாய் டோக்கனைத் திருப்பிக்கொடுத்து
”ராஜஸ்தான் தாலி” வாங்கிக் கொண்டேன்! தாலி
என்றால் தட்டு! தட்டு முழுவதும் ராஜஸ்தானிய
உணவு! பாஜ்ரா ரொட்டி, மிஸ்ஸி ரொட்டி,
பேசன் Gகட்டா, தால், கடி, சூர்மா லட்டு,
பயத்தம்பருப்பு ஹல்வா மற்றும் கேர் சாங்கர்
என நிறைய வகை உணவுகளோடு ஒரு தட்டு –
ரூபாய் 200 மட்டும்!



பேசன் Gகட்டா.....

கேர் சாங்கர் என்பது என்ன என்று கேட்க, அது ராஜஸ்தானி ஸ்பெஷல் உணவு என்று சொல்ல, குச்சி, குச்சியாக இருப்பது பார்க்கும் போது இது சைவமா அசைவமா என ஒரு சந்தேகம்.

ஏற்கனவே விளக்குகளைச் சுற்றி இருந்த பூச்சிகள் சில பேசிக்கொண்டிருக்கும்போது வாய்க்குள் சென்று விட கொஞ்சம் அசைவமாக மாறி இருந்த நாள்! இதில் இதுவும் சாப்பிட்ட பிறகு கேட்பதை விட முன்பே கேட்டுவிடலாம் என கேட்க, மீசை முறுக்கிய சிப்பந்தி, "சைவ உணவு தான்" என்று சிரித்தார்! நன்றி சொல்லி தட்டுடன் மேஜைக்கு நகர்ந்தேன்!

ஒரு பாஜ்ரா ரொட்டி, ஒரு மிஸ்ஸி ரொட்டி ஆனால் தொட்டுக்கொள்ள நிறைய சப்ஜி – மூன்று விதமான சப்ஜி! பாஜ்ரா என்றால் கம்பு – கம்பு மாவில் சப்பாத்தி செய்தால் அது பாஜ்ரா ரொட்டி! மிஸ்ஸி ரொட்டி என்பது கோதுமை மாவுடன் கடலை மாவு மற்றும் ஓமம் சேர்த்து செய்யும் ரொட்டி – அதாவது சப்பாத்தி! பேசன்

கேட்டா என்பதும் கடலை மாவில் உருளை
வடிவில் செய்து சப்ஜியில் சேர்ப்பார்கள் –
பிறிதொரு சமயம் அதன் குறிப்பு எழுதுகிறேன் –
ஒன்றிரு முறை செய்ததுண்டு..... கடி என்பது
மோர்க்குழம்பு மாதிரி ஒரு சப்ஜி வகை.

இவை எல்லாம் முன்னரே ருசித்திருந்தாலும்
இந்த கேர் சாங்கர் இது வரை சாப்பிட்டதில்லை.
சைவ உணவு எனத் தெரிந்துவிட்டது – எப்படி
இருந்தாலும் சாப்பிட்டு பார்ப்போம் என
சாப்பிட நன்றாகவே இருந்தது. கேர் என்பது
பாலைவனப் பகுதிகளில் காணப்படும்
முட்செடி ஒன்றின் புளிப்பான பெர்ரி வகை
பழம். சாங்கர் என்பது வன்னி மரத்தின் பீன்ஸ்!
இரண்டும் சேர்ந்து மசாலாக்களுடன் தயார்
செய்வார்களாம்.... பார்க்க கருப்பு/பிரவுன்
நிறத்தில் இருக்க, முதலில் கொஞ்சம் எடுத்துச்
சுவைக்க, புளிப்பும் காரமும் சேர்ந்து நன்றாகவே
இருந்தது. முழுவதும் முடிக்கும் அளவிற்குப்
பிடித்திருந்தது!

நன்றாகவே இருக்கிறது இந்த கேர் சாங்கர்.....
சிலர் கேர் சாங்கர் என்றும் அழைக்கிறார்கள்.
ராஜஸ்தானிய உணவுக் கடைகளில் கிடைத்தால்
இதை மட்டுமாவது சாப்பிட்டுப்
பாருங்களேன்.....



சாப்பிட வாங்க: பாட்டிசாப்டா - பெங்காலி இனிப்பு....

பெங்காலிகளுக்கு இனிப்பு ரொம்பவே
பிடித்தமானது என்பது உங்கள் எல்லோருக்கும்
தெரிந்தது தானே.... நேற்றைய ஏழு சகோதரிகள்
பதிவில் கூட வெல்ல ரஸ்குல்லா பற்றி எழுதி
இருந்தேன். அந்தப் பதிவில் சொன்ன பெங்காலி
நண்பர் வீட்டிற்கு நேற்று செல்ல
வேண்டியிருந்தது. மாலை அலுவலகத்திலிருந்து
அவரது வீட்டிற்குச் சென்று அங்கே தேநீர்
அருந்தியபோது கூடவே ஒரு இனிப்பும்
சாப்பிடக் கொடுத்தார்கள். அந்த இனிப்பு
இதுவரை நான் சாப்பிட்டது இல்லை!
வித்தியாசமாக இருக்கவே அதன் பெயரைக்
கேட்டேன்! அதன் பெயர் பாட்டிசாப்டா!

என்னது பாட்டி சாப்டாளா? இதற்கு தமிழில்
அர்த்தம் தெரியுமா எனக் கேட்டு அவர்களுக்கு
விளக்கம் சொன்னேன்!



பாட்டி சாப்டா

இரண்டு பாட்டிசாப்டா-வை இந்த பேரனும்
சாப்பிட்டேன்! அது என்ன பாட்டிசாப்டா?
நண்பரின் மனைவி இந்த பாட்டிசாப்டாவைப்
பற்றி சொன்னாலும், வீட்டிற்கு வந்த பிறகு
முதல் வேலை இணையத்தில் இதற்கான
குறிப்பினை தேடியது தான்! விடுமுறை நாளில்
செய்து பார்க்க வேண்டும் என
நினைத்திருக்கிறேன். இப்போதைக்கு
இணையத்தில் பார்த்த குறிப்புகள் உங்களுக்காக
இங்கேயும் பகிர்ந்து கொள்கிறேன்....

தேவையான பொருட்கள்:

ரவை – 250 கிராம், மைதா – 400 கிராம், சர்க்கரை – 200 கிராம், கோவா – 300 கிராம், பால் – 1 லிட்டர், எண்ணெய் – தேவைக்கேற்ப.....

எப்படிச் செய்யணும் மாமு?

பாலை நன்கு சுண்டக் காய்ச்சி, அதில் கோவா, மற்றும் கொஞ்சம் சர்க்கரை சேர்த்துக் கொள்ளவும். பால்கோவா மாதிரி ரொம்பவும் கெட்டியான பதத்தில் தேவையில்லை, கொஞ்சம் Liquid State-ல் இருந்தாலும் பரவாயில்லை!

ரவை மற்றும் மைதாவினைக் கலந்து, சர்க்கரையையும் சேர்த்து அதில் தண்ணீர் விட்டு நன்கு கரைத்துக் கொள்ளவும் [நம்ம கரைச்சு மாவு தோசை பதத்திற்கு....]

தோசைக்கல் சுட வைத்து கரைத்து வைத்த
மாவினை தோசை வடிவத்தில் ஊற்றவும்.
கொஞ்சம் வெந்த பிறகு பால்-கோவா
கலவையை ஒரு ஸ்பூன் வைத்து, தோசையை
சுருட்டி, நன்கு வேக வைக்கவும்.
பொன்னிறமாக வெந்த பிறகு தட்டில் எடுத்து
வைத்து சுடச் சுட சாப்பிடலாம் பாட்டிசாப்டா!

இது ரொம்பவும் பிடித்தமான இனிப்பு
வகையாம்! உங்களுக்குப் பிடிக்குமா எனத்
தெரியவில்லை இருந்தாலும், கொஞ்சமாக
செய்து பார்க்கலாம்!

என்ன நண்பர்களே, நீங்களும் இந்த
”பாட்டிசாப்டா”வை செய்து பார்ப்பது
மட்டுமல்லாது சாப்பிடவும் செய்வீர்கள் தானே!



நன்றி.....

மின் புத்தகத்தின் வாயிலாக
உங்களனைவரையும் சந்தித்ததில் மிக்க மகிழ்ச்சி.
பல்வேறு மாநிலங்களுக்குச் சென்ற போதும்,
உணவு சம்பந்தமாக கிடைத்த
அனுபவங்களையும் உங்களுடன் “சாப்பிட
வாங்க” என்ற இந்த மின்புத்தகத்தில்
உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள முடிந்ததில்
மகிழ்ச்சி. புத்தகத்தினை படித்ததோடு,
கொடுத்திருக்கும் குறிப்புகளை வைத்து நீங்களும்
அந்த உணவுகளை சமைத்து, ருசித்துப்
பாருங்கள். புத்தகம் பற்றிய உங்கள்
கருத்துகளையும், உணவுக் குறிப்புகள் பார்த்து
சமைத்து நீங்கள் பெற்ற அனுபவங்களையும்
பகிர்ந்து கொள்ளுங்கள்..... எனது மின்னஞ்சல்
முகவரி -venkatnagaraj@gmail.com.

மீண்டும் நன்றியுடன்
வெங்கட் நாகராஜ்
புது தில்லி.

எங்களைப் பற்றி

மின்புத்தகங்களைப் படிக்க உதவும் கருவிகள்:

மின்புத்தகங்களைப் படிப்பதற்கென்றே கையிலேயே வைத்துக் கொள்ளக்கூடிய பல கருவிகள் தற்போது சந்தையில் வந்துவிட்டன. *Kindle, Nook, Android Tablets* போன்றவை இவற்றில் பெரும்பங்கு வகிக்கின்றன. இத்தகைய கருவிகளின் மதிப்பு தற்போது 4000 முதல் 6000 ரூபாய் வரை குறைந்துள்ளன. எனவே பெரும்பான்மையான மக்கள் தற்போது இதனை வாங்கி வருகின்றனர்.

ஆங்கிலத்திலுள்ள மின்புத்தகங்கள்:

ஆங்கிலத்தில் லட்சக்கணக்கான மின்புத்தகங்கள் தற்போது கிடைக்கப் பெறுகின்றன. அவை *PDF, EPUB, MOBI, AZW3*. போன்ற வடிவங்களில்

இருப்பதால், அவற்றை மேற்கூறிய கருவிகளைக் கொண்டு நாம் படித்துவிடலாம்.

தமிழிலுள்ள மின்புத்தகங்கள்:

தமிழில் சமீபத்திய புத்தகங்களெல்லாம் நமக்கு மின்புத்தகங்களாக கிடைக்கப்பெறுவதில்லை.

ProjectMadurai.com எனும் குழு தமிழில் மின்புத்தகங்களை வெளியிடுவதற்கான ஓர் உன்னத சேவையில் ஈடுபட்டுள்ளது. இந்தக் குழு இதுவரை வழங்கியுள்ள தமிழ் மின்புத்தகங்கள் அனைத்தும் *PublicDomain*-ல் உள்ளன. ஆனால் இவை மிகவும் பழைய புத்தகங்கள்.

சமீபத்திய புத்தகங்கள் ஏதும் இங்கு கிடைக்கப்பெறுவதில்லை.

எனவே ஒரு தமிழ் வாசகர் மேற்கூறிய “மின்புத்தகங்களைப் படிக்க உதவும் கருவிகளை” வாங்கும்போது, அவரால் எந்த ஒரு

தமிழ் புத்தகத்தையும் இலவசமாகப் பெற முடியாது.

சமீபத்திய புத்தகங்களை தமிழில் பெறுவது எப்படி?

சமீபகாலமாக பல்வேறு எழுத்தாளர்களும், பதிவர்களும், சமீபத்திய நிகழ்வுகளைப் பற்றிய விவரங்களைத் தமிழில் எழுதத் தொடங்கியுள்ளனர். அவை இலக்கியம், விளையாட்டு, கலாச்சாரம், உணவு, சினிமா, அரசியல், புகைப்படக்கலை, வணிகம் மற்றும் தகவல் தொழில்நுட்பம் போன்ற பல்வேறு தலைப்புகளின் கீழ் அமைகின்றன.

நாம் அவற்றையெல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்த்து தமிழ் மின்புத்தகங்களை உருவாக்க உள்ளோம்.

அவ்வாறு உருவாக்கப்பட்ட மின்புத்தகங்கள் Creative Commons எனும் உரிமத்தின் கீழ் வெளியிடப்படும். இவ்வாறு வெளியிடுவதன்

மூலம் அந்தப் புத்தகத்தை எழுதிய மூல
ஆசிரியருக்கான உரிமைகள் சட்டரீதியாகப்
பாதுகாக்கப்படுகின்றன. அதே நேரத்தில் அந்த
மின்புத்தகங்களை யார் வேண்டுமானாலும்,
யாருக்கு வேண்டுமானாலும், இலவசமாக
வழங்கலாம்.

எனவே தமிழ் படிக்கும் வாசகர்கள்
ஆயிரக்கணக்கில் சமீபத்திய தமிழ்
மின்புத்தகங்களை இலவசமாகவே பெற்றுக்
கொள்ள முடியும்.

**தமிழிலிருக்கும் எந்த வலைப்பதிவிலிருந்து
வேண்டுமானாலும் பதிவுகளை எடுக்கலாமா?**

கூடாது.

ஒவ்வொரு வலைப்பதிவும் அதற்கென்றே
ஒருசில அனுமதிகளைப் பெற்றிருக்கும். ஒரு
வலைப்பதிவின் ஆசிரியர் அவரது பதிப்புகளை
“யார் வேண்டுமானாலும் பயன்படுத்தலாம்”

என்று குறிப்பிட்டிருந்தால் மட்டுமே அதனை நாம் பயன்படுத்த முடியும்.

அதாவது “Creative Commons” எனும் உரிமத்தின் கீழ் வரும் பதிப்புகளை மட்டுமே நாம் பயன்படுத்த முடியும்.

அப்படி இல்லாமல் “All Rights Reserved” எனும் உரிமத்தின் கீழ் இருக்கும் பதிப்புகளை நம்மால் பயன்படுத்த முடியாது.

வேண்டுமானால் “All Rights Reserved” என்று விளங்கும் வலைப்பதிவுகளைக் கொண்டிருக்கும் ஆசிரியருக்கு அவரது பதிப்புகளை “Creative Commons” உரிமத்தின் கீழ் வெளியிடக்கோரி நாம் நமது வேண்டுகோளைத் தெரிவிக்கலாம். மேலும் அவரது படைப்புகள் அனைத்தும் அவருடைய பெயரின் கீழே தான் வெளியிடப்படும் எனும் உறுதியையும் நாம் அளிக்க வேண்டும்.

பொதுவாக புதுப்புது

பதிவுகளை உருவாக்குவோருக்கு அவர்களது
பதிவுகள் நிறைய வாசகர்களைச் சென்றடைய
வேண்டும் என்ற எண்ணம் இருக்கும். நாம்
அவர்களது படைப்புகளை எடுத்து இலவச
மின்புத்தகங்களாக வழங்குவதற்கு நமக்கு
அவர்கள் அனுமதியளித்தால், உண்மையாகவே
அவர்களது படைப்புகள் பெரும்பான்மையான
மக்களைச் சென்றடையும். வாசகர்களுக்கும்
நிறைய புத்தகங்கள் படிப்பதற்குக் கிடைக்கும்
வாசகர்கள் ஆசிரியர்களின் வலைப்பதிவு
முகவரிகளில் கூட அவர்களுடைய
படைப்புகளை தேடிக் கண்டுபிடித்து
படிக்கலாம். ஆனால் நாங்கள் வாசகர்களின்
சிரமத்தைக் குறைக்கும் வண்ணம்
ஆசிரியர்களின் சிதறிய வலைப்பதிவுகளை
ஒன்றாக இணைத்து ஒரு முழு
மின்புத்தகங்களாக உருவாக்கும் வேலையைச்
செய்கிறோம். மேலும் அவ்வாறு
உருவாக்கப்பட்ட புத்தகங்களை
“மின்புத்தகங்களைப் படிக்க உதவும் கருவிகள்”-

க்கு ஏற்ற வண்ணம் வடிவமைக்கும்
வேலையையும் செய்கிறோம்.

FreeTamilEbooks.com

இந்த வலைத்தளத்தில்தான் பின்வரும்
வடிவமைப்பில் மின்புத்தகங்கள் காணப்படும்.

*PDF for desktop, PDF for 6" devices, EPUB, AZW3,
ODT*

இந்த வலைதளத்திலிருந்து யார்
வேண்டுமானாலும் மின்புத்தகங்களை
இலவசமாகப் பதிவிறக்கம்(download) செய்து
கொள்ளலாம்.

அவ்வாறு பதிவிறக்கம்(download) செய்யப்பட்ட
புத்தகங்களை யாருக்கு வேண்டுமானாலும்
இலவசமாக வழங்கலாம்.

இதில் நீங்கள் பங்களிக்க விரும்புகிறீர்களா?

நீங்கள் செய்யவேண்டியதெல்லாம் தமிழில்
எழுதப்பட்டிருக்கும் வலைப்பதிவுகளிலிருந்து
பதிவுகளை
எடுத்து, அவற்றை LibreOffice/MS Office போன்ற
wordprocessor-ல் போட்டு ஓர் எளிய
மின்புத்தகமாக மாற்றி எங்களுக்கு அனுப்பவும்.

அவ்வளவுதான்!

மேலும் சில பங்களிப்புகள் பின்வருமாறு:

1. ஒருசில பதிவர்கள்/எழுத்தாளர்களுக்கு
அவர்களது படைப்புகளை “Creative
Commons” உரிமத்தின்கீழ்
வெளியிடக்கோரி மின்னஞ்சல்
அனுப்புதல்
2. தன்னார்வர்களால் அனுப்பப்பட்ட
மின்புத்தகங்களின் உரிமைகளையும்
தரத்தையும் பரிசோதித்தல்

3. சோதனைகள் முடிந்து அனுமதி
வழங்கப்பட்ட தரமான மின்புத்தகங்களை
நமது வலைதளத்தில் பதிவேற்றம்
செய்தல்

விருப்பமுள்ளவர்கள் freetamilebooksteam@gmail.com
எனும் முகவரிக்கு மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.

**இந்தத் திட்டத்தின் மூலம் பணம்
சம்பாதிப்பவர்கள் யார்?**

யாருமில்லை.

இந்த வலைத்தளம் முழுக்க முழுக்க
தன்னார்வர்களால் செயல்படுகின்ற ஒரு
வலைத்தளம் ஆகும். இதன் ஒரே நோக்கம்
என்னவெனில் தமிழில் நிறைய
மின்புத்தகங்களை உருவாக்குவதும், அவற்றை
இலவசமாக பயனர்களுக்கு வழங்குவதுமே
ஆகும்.

மேலும் இவ்வாறு உருவாக்கப்பட்ட
மின்புத்தகங்கள், *ebook reader* ஏற்றுக்கொள்ளும்
வடிவமைப்பில் அமையும்.

**இத்திட்டத்தால் பதிப்புகளை எழுதிக்கொடுக்கும்
ஆசிரியர்/பதிவருக்கு என்ன லாபம்?**

ஆசிரியர்/பதிவர்கள் இத்திட்டத்தின் மூலம்
எந்தவிதமான தொகையும்
பெறப்போவதில்லை. ஏனெனில், அவர்கள்
புதிதாக இதற்கென்று எந்தஒரு
பதிவையும் எழுதித்தரப்போவதில்லை.
ஏற்கனவே அவர்கள் எழுதி வெளியிட்டிருக்கும்
பதிவுகளை எடுத்துத்தான் நாம் மின்புத்தகமாக
வெளியிடப்போகிறோம்.

அதாவது அவரவர்களின் வலைதளத்தில் இந்தப்
பதிவுகள் அனைத்தும் இலவசமாகவே
கிடைக்கப்பெற்றாலும், அவற்றையெல்லாம்
ஒன்றாகத் தொகுத்து *ebook reader* போன்ற

கருவிகளில் படிக்கும் விதத்தில் மாற்றித் தரும் வேலையை இந்தத் திட்டம் செய்கிறது.

தற்போது மக்கள் பெரிய அளவில் *tablets* மற்றும் *ebook readers* போன்ற கருவிகளை நாடிச் செல்வதால் அவர்களை நெருங்குவதற்கு இது ஒரு நல்ல வாய்ப்பாக அமையும்.

நகல் எடுப்பதை அனுமதிக்கும் வலைதளங்கள் ஏதேனும் தமிழில் உள்ளதா?

உள்ளது.

பின்வரும் தமிழில் உள்ள வலைதளங்கள் நகல் எடுப்பதினை அனுமதிக்கின்றன.

1. www.vinavu.com
2. www.badrisheshadri.in
3. <http://maattru.com>
4. kaniyam.com
5. blog.ravidreams.net

எவ்வாறு ஓர் எழுத்தாளரிடம் *Creative Commons*
உரிமத்தின் கீழ் அவரது படைப்புகளை
வெளியிடுமாறு கூறுவது?

இதற்கு பின்வருமாறு ஒரு மின்னஞ்சலை
அனுப்ப வேண்டும்.

<துவக்கம்>

உங்களது வலைத்தளம் அருமை

[வலைதளத்தின் பெயர்].

தற்போது படிப்பதற்கு உபயோகப்படும்

கருவிகளாக *Mobiles* மற்றும் பல்வேறு

கையிருப்புக் கருவிகளின் எண்ணிக்கை

அதிகரித்து வந்துள்ளது.

இந்நிலையில்

நாங்கள் <http://www.FreeTamilEbooks.com> எனும்

வலைதளத்தில், பல்வேறு தமிழ்

மின்புத்தகங்களை வெவ்வேறு துறைகளின் கீழ்

சேகரிப்பதற்கான ஒரு புதிய திட்டத்தில் ஈடுபட்டுள்ளோம்.

இங்கு சேகரிக்கப்படும் மின்புத்தகங்கள் பல்வேறு கணினிக் கருவிகளான Desktop, ebook readers like kindl, nook, mobiles, tablets with android, iOS போன்றவற்றில் படிக்கும் வண்ணம் அமையும். அதாவது இத்தகைய கருவிகள் support செய்யும் odt, pdf, ebub, azw போன்ற வடிவமைப்பில் புத்தகங்கள் அமையும். இதற்காக நாங்கள் உங்களது வலைதளத்திலிருந்து பதிவுகளை பெற விரும்புகிறோம். இதன் மூலம் உங்களது பதிவுகள்

உலகளவில் இருக்கும் வாசகர்களின் கருவிகளை நேரடியாகச் சென்றடையும்.

எனவே உங்களது வலைதளத்திலிருந்து பதிவுகளை பிரதியெடுப்பதற்கும் அவற்றை மின்புத்தகங்களாக மாற்றுவதற்கும் உங்களது அனுமதியை வேண்டுகிறோம்.

இவ்வாறு உருவாக்கப்பட்ட மின்புத்தகங்களில் கண்டிப்பாக ஆசிரியராக உங்களின் பெயரும் மற்றும் உங்களது வலைதள முகவரியும் இடம்பெறும். மேலும் இவை “Creative Commons” உரிமத்தின் கீழ் மட்டும்தான் வெளியிடப்படும் எனும் உறுதியையும் அளிக்கிறோம்.

<http://creativecommons.org/licenses/>

நீங்கள் எங்களை பின்வரும் முகவரிகளில் தொடர்பு கொள்ளலாம்.

e-mail : freetamilebooksteam@gmail.com

FB : <https://www.facebook.com/FreeTamilEbooks>

G

+: <https://plus.google.com/communities/108817760492177970948>

நன்றி.

</முடிவு>

மேற்கூறியவாறு ஒரு மின்னஞ்சலை
உங்களுக்குத் தெரிந்த அனைத்து
எழுத்தாளர்களுக்கும் அனுப்பி
அவர்களிடமிருந்து அனுமதியைப் பெறுங்கள்.

முடிந்தால் அவர்களையும் “Creative Commons
License”-ஐ அவர்களுடைய வலைதளத்தில்
பயன்படுத்தச் சொல்லுங்கள்.

கடைசியாக அவர்கள் உங்களுக்கு அனுமதி
அளித்து அனுப்பியிருக்கும்
மின்னஞ்சலை freetamilebooksteam@gmail.com எனு
ம் முகவரிக்கு அனுப்பி வையுங்கள்.

ஓர் எழுத்தாளர் உங்களது உங்களது
வேண்டுகோளை மறுக்கும் பட்சத்தில் என்ன
செய்வது?

அவர்களையும் அவர்களது படைப்புகளையும்
அப்படியே விட்டுவிட வேண்டும்.

ஒருசிலருக்கு அவர்களுடைய சொந்த
முயற்சியில் மின்புத்தகம் தயாரிக்கும்
எண்ணம்கூட இருக்கும். ஆகவே அவர்களை
நாம் மீண்டும் மீண்டும் தொந்தரவு செய்யக்
கூடாது.

அவர்களை அப்படியே விட்டுவிட்டு
அடுத்தடுத்த எழுத்தாளர்களை நோக்கி நமது
முயற்சியைத் தொடர வேண்டும்.

மின்புத்தகங்கள் எவ்வாறு அமைய வேண்டும்?

ஒவ்வொருவரது வலைத்தளத்திலும்
குறைந்தபட்சம் நூற்றுக்கணக்கில் பதிவுகள்
காணப்படும். அவை வகைப்படுத்தப்பட்டோ
அல்லது வகைப்படுத்தப் படாமலோ இருக்கும்.
நாம் அவற்றையெல்லாம் ஒன்றாகத் திரட்டி ஒரு
பொதுவான தலைப்பின்கீழ் வகைப்படுத்தி
மின்புத்தகங்களாகத் தயாரிக்கலாம். அவ்வாறு
வகைப்படுத்தப்படும் மின்புத்தகங்களை பகுதி-

I பகுதி-II என்றும் கூட தனித்தனியே பிரித்துக் கொடுக்கலாம்.

தவிர்க்க வேண்டியவைகள் யாவை?

இனம், பாலியல் மற்றும் வன்முறை
போன்றவற்றைத் தூண்டும் வகையான பதிவுகள்
தவிர்க்கப்பட வேண்டும்.

எங்களைத் தொடர்பு கொள்வது எப்படி?

நீங்கள் பின்வரும் முகவரிகளில் எங்களைத்
தொடர்பு கொள்ளலாம்.

- **email :** freetamilebooksteam@gmail.com
- **Facebook:** <https://www.facebook.com/FreeTamilEbooks>
- **Google**
Plus: <https://plus.google.com/communities/108817760492177970948>

இத்திட்டத்தில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள் யார்?

குழு – <http://freetamilebooks.com/meet-the-team/>

Supported by

- *Free Software Foundation TamilNadu, www.fsftn.org*
- *Yavarukkum Software Foundation <http://www.yavarkkum.org/>*

உங்கள் படைப்புகளை வெளியிடலாமே

உங்கள் படைப்புகளை மின்னூலாக இங்கு
வெளியிடலாம்.

1. எங்கள் திட்டம் பற்றி

– <http://freetamilebooks.com/about-the-project/>

2. படைப்புகளை யாவரும் பகிரும் உரிமை
தரும் கிரியேட்டிவ் காமன்ஸ் உரிமம் பற்றி –
கிரியேட்டிவ் காமன்ஸ் உரிமை – ஒரு அறிமுகம்

[http://www.wired.co.uk/news/archive/2011-](http://www.wired.co.uk/news/archive/2011-12/13/creative-commons-101)

[12/13/creative-commons-101](http://www.wired.co.uk/news/archive/2011-12/13/creative-commons-101)

[https://learn.canvas.net/courses/4/wiki/creative-commons-](https://learn.canvas.net/courses/4/wiki/creative-commons-licenses)
[licenses](https://learn.canvas.net/courses/4/wiki/creative-commons-licenses)

உங்கள் விருப்பமான கிரியேட்டிவ் காமன்ஸ்
உரிமத்தை இங்கே தேர்ந்தெடுக்கலாம்.

<http://creativecommons.org/choose/>

3.

மேற்கண்டவற்றை பார்த்த / படித்த பின், உங்கள்
படைப்புகளை மின்னூலாக மாற்ற
பின்வரும் தகவல்களை எங்களுக்கு
அனுப்பவும்.

1. நூலின் பெயர்
2. நூல் அறிமுக உரை
3. நூல் ஆசிரியர் அறிமுக உரை
4. உங்கள் விருப்பமான கிரியேட்டிவ்
காமன்ஸ் உரிமம்
5. நூல் – text / html / LibreOffice odt/ MS office doc
வடிவங்களில். அல்லது வலைப்பதிவு /
இணைய தளங்களில் உள்ள
கட்டுரைகளில் தொடுப்புகள் (url)

இவற்றை freetamilebooksteam@gmail.com க்கு
மின்னஞ்சல் அனுப்பவும்.

விரைவில் மின்னூல் உருவாக்கி
வெளியிடுவோம்.

நீங்களும் மின்னூல் உருவாக்கிட உதவலாம்.

மின்னூல் எப்படி உருவாக்குகிறோம்? –

இதன் உரை வடிவம் ஆங்கிலத்தில்

– <http://bit.ly/create-ebook>

A4 PDF, 6 inch PDF கோப்புகளை Microsoft word

இலேயே உருவாக்க

– <http://freetamilebooks.com/create-pdf-files-using-microsoft-word/>

எங்கள் மின்னஞ்சல் குழுவில் இணைந்து
உதவலாம்.

https://groups.google.com/forum/#!forum/freetamilebooks_forum

நன்றி !