



000000000000000000000000 0000000000 0000000000 000000000000000000000000000000 000000000000
0000 0000000000 000000

தருவோர உணவகங்களில் கிடகைக்கும் உணவுகள் சுகாதார மற்றவை, உடலுக்கும் கட்டு விளவைப்பவை என்ற கருத்து தவறாகிவிடும் போல் இருக்கிறது. ஆஸ்திரேலியாவைச் சேர்ந்த பிரபல உணவு வரலாற்று ஆய்வாளர் சார்மனை ஓ பிரயென், இந்தியாவில் சூற்றுப்பயணம் மேற்கொண்டு, இந்திய உணவு வகைகளைப் பற்றி புத்தகம் எழுதியுள்ளார்.

அதில், இந்திய சூற்றுலா விடுதிகளில் வழங்கப்படும் உணவுகளைக் காட்டிலும், சாலையோர உணவகங்களில் கிடகைக்கும் உணவுகள் பாதுகாப்பானவை என்று அவர் கிறியிருக்கிறார்.

‘தி பிங்குயின் புட்கடைட்டு இந்தியா’ என்ற புத்தகத்தை சார்மனை ஓ பிரயென் சமீபத்தில் வெளியிட்டுள்ளார். அதில், ‘இடஸ் நாட் கர்ரி- ஈட்பிங் இந்தியா’ என்ற தலைப்பில் உள்ளவை குறித்து, மெல்போர்ன் பல்கலைக்கழகத்தைச் சார்ந்த, ஆஸ்திரேலியா இந்தியா நிறுவனத்தில் (ஏஐஐ) விவாதம் வியாழக் கிழமை நடப்பெற்றது.

அதில் சார்மனை பசும் போது, “இந்தியாவின் பல்வேறு பகுதிகளிலும் உள்ள உணவு விற்பனையாளர்கள், உணவுகளைக் கவி விற்போர் பெரும் பாலும் புத்தம் புதிய உணவுப் பொருள்களைப் பயன்படுத்திச் சமகைக்கப்பட்ட புத்தம் புதிய உணவுகளைத் தருகின்றனர்.

அதேசமயம், சாலையோர உணவுகள் நபருக்கு நபர் வேறுபடும். ஆகவே, உண்பவர்கள் தங்களின் உள்ளுணர்வு சொல்வதையே பின்பற்றலாம்” என்றார்.

அவரின் புத்தகத்தில், இந்திய உணவுகளின் வரலாறு மற்றும் கலாச்சாரத்தை விவரித்துள்ளார். நான்கு ஆண்டு ஆய்வுக்குப் பிறகு இப்புத்தகத்தை அவர் எழுதியுள்ளார்.

சுடெபிநாட்டு உணவு

அவர் மலேமும் கஹியதாவது: இந்தியாவின் பிராந்திய உணவுகள், உலகில் வறையெங்கும் இல்லாத வகையில் விதவிதமாக தயாரிக்கப்படுகின்றன. அவை. வரலாறு, கலாச்சாரம், மதம், பொருளாதார நிலை மற்றும் தட்பவெப்பம் சார்ந்தவை.

வணிகம் கட்ட உணவு வகைகளில் பெரும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்தியிருக்கிறது. மதுரையிலுள்ள சுடெபிநாட்டு உணவு வகைகளில் பெருஞ்சீரகம், கொத்து மல்லி, கிராம்பு, லவங்கம் உள்ளிட்ட விலையுயர்ந்த நறுமணப் பொருள்கள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன. வர்த்தகத்தால் அப்பகுதி மக்கள் சமீபமாக இருந்ததையே இது பிரதிபலிக்கிறது.

கட்சு உணவு

கூஜராதின் கட்சு போன்ற வறட்சிப் பகுதிகளில் சோள வகைகள் அதிகம் கிடைப்பதால், அங்கு உணவுகளில் சோளம் அதிகம். அப்பகுதி மக்கள் பெரும்பாலும் காலநடை மயேப்பர்கள். ஆகவே, அவர்கள் பால்பொருட்களான நெய் போன்றவற்றை அதிகம் உற்பத்தி செய்கின்றனர். அந்த பருவநிலைக்கும் அவை ஏற்றவையாக உள்ளன.

இனிப்பு

இனிப்பு வகைகளில் பெரும்பாலானவற்றில், மத்திய கிழக்கின் பஹ்ரீவிக் சாயல் இருக்கிறது. அரபு வணிகர்கள், இந்தியாவுக்கு வந்துள்ளனர். அவர்களிடமிருந்து அந்த இனிப்பு வகைகள் பரவியிருக்கக் கூடும்.

இந்தியா முழுக் க ஏராளமான உணவு வகைகள் உள்ளன. வளி நாட்டவர்களுக்கு அதைப் பற்றித் தரிந் திருக்கவில்லை.

வளிநாடுகளில் உள்ள இந்திய உணவு விடுதிகள் பெரும் பாலும் சிக்கன் டிக்கா, காரமான குழம்பு வகைகளையே விநியோ கிக்கின்றன.

அவதான் இந்தியாவின் தசீய உணவு என்பதைப் போல உருவகமாகின்றன. இவ்வாறு அவர் தரிவித தார்.

- தி இந்து