

વીસરાતી જતી વાનગીઓના મેળાનું આયોજન સૃષ્ટિની ભગિની સંસ્થા રાષ્ટ્રીય નવીનીકરણ પ્રતિષ્ઠાના ચોથા સ્થાપના દિવસે આયોજન કરવામાં આવ્યું. તા. ૨૮-૨૯ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૦૪ દરમ્યાન આયોજિત આ સંમેલનમાં આઇ.આઇ.એમ, જ્ઞાન, જતન, જનપથ, પરખ જેવી અનેક સંસ્થાઓના સહયોગથી સફળ આયોજન શક્ય બન્યું. ૧૫૦૦૦થી વધુ લોકોને સાત્વિક જમણનો લહાવો મળ્યો. શહેરમાં પ્રથમ વાર યોજાઈ રહેલા આ મેળાથી આમજનતાની સાથે સાથે અખબારી આલમ સાથે જોડાયેલા લોકોએ પણ તાજગીભર્યા સમાચારનો લાભ ઉઠાવ્યો. સૃષ્ટિ, જ્ઞાન અને રાષ્ટ્રીય નવીનીકરણ પ્રતિષ્ઠાના કાર્યકરોએ પણ તનતોડ મહેનત કરી કાર્યક્રમને સફળ બનાવ્યો. આ મેળાનો અહેવાલ સૃષ્ટિના કાર્યકરોએ સાથે મળીને તૈયાર કર્યો છે.

હની બી નેટવર્કની જુદી જુદી સંસ્થાઓ, જેમ કે રાષ્ટ્રીય નવીનીકરણ પ્રતિષ્ઠાન (એન.આઇ.એફ.), સૃષ્ટિ, જ્ઞાન અને ભારતીય પ્રબંધ સંસ્થા (આઇ.આઇ. એમ.)એ સાથે મળી ૨૮-૨૯ ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૪ના રોજ વાનગી મેળાનું આયોજન ભારતીય પ્રબંધ સંસ્થાના મેદાનમાં કર્યું હતું.

૨૮ ફેબ્રુઆરી એન.આઇ.એફ.નો સ્થાપના દિવસ હતો. આ મેળો એક પ્રકારે એન.આઇ.એફ.એ કરેલાં પારંપરિક જ્ઞાન અને જૈવિક વિવિધતા આધારિત સંશોધનો માટે એક ઉજવણીસમાન હતો.

આ મેળાના મુખ્ય ચાર હેતુઓ હતા:

૧. સૂકા પ્રદેશનાં હલકાં ધાન્યો તથા તેની જાતોની બજારમાં માંગ ઊભી કરવી, જેથી તેનું વાવેતર વધે.
૨. સજીવ અનાજ-કઠોળ-શાકભાજી અંગે ગ્રાહકોના પ્રતિભાવ જાણવા તથા માંગ

- પેદા કરવી.
૩. લુપ્ત થતા પાકો, વનસ્પતિઓ વગેરેમાંથી અપચલિત વાનગીઓ બનાવી તેની હરીફાઈ યોજવી અને મહિલાઓમાં આ ખોરાક અને પોષણમૂલ્ય બાબતે જાગૃતિ પેદા કરવી.
૪. બિનરાસાયણિક ખેતીના પ્રચાર ક્ષેત્રે કાર્ય કરતી વિવિધ સંસ્થાઓને એક મંચ પૂરો પાડવો.

છેલ્લાં થોડાં વર્ષોમાં ગુજરાત સહિત દેશભરમાં જાગ્રત ખેડૂતો સજીવ ખેતી તરફ વળ્યા છે, જેને લઈ સજીવ ખોરાકની માંગ ઊભી થઈ છે, જેમ હરિયાણી ક્રાન્તિને લીધે જમીનદાર ખેડૂતોને ઘણો ફાયદો થયો છે તે રીતે સજીવ ખોરાકનું બજાર પણ ગરીબ ખેડૂતોને ફાયદો કરાવી શકે તેમ છે.

હની બી નેટવર્ક લોકોનું જ્ઞાન અને જૈવિક વિવિધતાને સંલગ્ન અન્ય સ્ત્રોતોનું સંકલન

કરે છે. આઇ.આઇ.એમ. અને સૃષ્ટિમાં ચાલી રહેલાં સંશોધનના ભાગરૂપે અગાઉ આવા પાકો ઉગાડતા પછાત વિસ્તારના ખેડૂતો, વેપારીઓ અને ખાદ્ય પ્રક્રિયા કરતા ઉદ્યોગકારો વચ્ચે બેઠક યોજાઈ હતી. અભ્યાસના અંતે જાણવા મળ્યું કે, ગ્રામીણ વિસ્તારની જૈવિક વિવિધતામાં ઘટાડો કરતાં પરિબળોમાં જાહેર વિતરકો દ્વારા સુધારેલી જાતોનું વિતરણ, ગ્રાહકોની પસંદગીમાં પરિવર્તન, સૂકા પ્રદેશોના પાક અને તેની જાતો માટેની ખાદ્ય ઉદ્યોગો તથા ગ્રાહકોની ઘટતી જતી માંગ, ટેકાના ભાવવિષયક નીતિ વગેરે છે.

અનુભવે અમે સમજ્યા છીએ કે ઘણા ગરીબ ખેડૂતો પાસે ખર્ચ કરવાની કોઈ ત્રેવડ ન હોઈ અર્થાત્ કોઈ અન્ય વિકલ્પ ન હોવાથી સજીવ ખેતી અને દેશી જાતોનું વાવેતર કરે છે. આવાં દેશી જાતોનાં સજીવ ઉત્પાદનો સજીવ ખેતીની માગને

સાત્વિક: ૨૦૦૪





પંચમહાલ જિલ્લાના સરજુમી ગામના ભાઈ-બહેનો જેઓએ પરંપરાગત વાનગીઓ બનાવી સૌનું મન મોહી લીધું

વધુ મજબૂત બનાવશે. પાક અને ખોરાકની વિવિધતા સાંસ્કૃતિક વિવિધતા સાથે મજબૂત રીતે સંકળાયેલ છે. એકનું સંરક્ષણ બીજા વગર શક્ય નથી. પારંપરિક વાનગી મેળો એ સંસ્કૃતિની વિવિધતા, વાનગીની અલગ અલગ પદ્ધતિઓ અને સંસ્કારની ઉજવણીનો પ્રસંગ હતો. આ પ્રસંગે સૃષ્ટિ દ્વારા વીસરાતી વાનગીઓ નામની ગુજરાતી પુસ્તિકાનું વિમોચન કરવામાં આવ્યું હતું, જેની આશરે ૨૫૦ નકલોનું વેચાણ થયું હતું.

આઈ.આઈ.એમ.ના વડા પ્રો. બકુલ ધોળકિયાએ મેળાના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે આપણી સંસ્કૃતિમાં રહેલ જૈવિક તેમ જ ખાદ્ય (વાનગી) વિવિધતા ઉપર ભાર મૂક્યો હતો. તેમણે દુઃખ વ્યક્ત કર્યું કે, ઘણી બધી રેસ્ટોરાંઓ થાઈ, મેક્સિકન કે ઇટાલિયન વાનગીઓ પીરસી ગર્વ લઈ રહી છે, પણ તેમાંથી એક પણ રેસ્ટોરાંમાં ગુજરાતના જુદા જુદા પ્રદેશોમાં બનતી વાનગીઓ પીરસાતી નથી. તેમણે એન.આઈ.એફ. અને સૃષ્ટિ સંસ્થાની સરાહના કરી કે જેઓ ગામડામાં રહેલા પારંપરિક અને તકનીકી જ્ઞાનના સંકલન-સંવર્ધનનું અદ્ભુત કાર્ય કરે છે.

તેમણે એમ પણ કહ્યું કે, આઈ.આઈ.એમ. સ્થાનિક જ્ઞાન અને વિવિધતાને અવગણી શકે તેમ નથી. આ ક્ષેત્રમાં છેલ્લા એક

દસકામાં સારું એવું કામ થયેલું છે. તેમણે આશા દર્શાવી કે સંસ્થાના અધ્યાપકો, વિદ્યાર્થીઓ આ પ્રયત્નમાં જોડાશે. આવા પ્રયત્નો સાંસ્કૃતિક, જૈવિક અને વાનગીની વિવિધતાનો જાળવી રાખવામાં મદદરૂપ થશે.

આ પ્રસંગે પ્રો. અનિલ ગુપ્તાએ કહ્યું કે, સૂકા વિસ્તારનાં હલકાં ધાન્યો વીસરાતાં જાય છે. તેને પુનઃ લોકભોગ્ય કરવાનાં છે. સ્વસ્થ જ મીનનાં ઉગાડેલા વિવિધતાભર્યા આહાર વડે જ સ્વસ્થ જીવન શક્ય છે. આવું સ્વસ્થ જીવન હોય ત્યારે



બાવટાના લાડુ

જ સાત્ત્વિક મન-વિચારો સંભવ છે. હરિયાણી ક્રાંતિના પ્રભાવથી વંચિત સૂકા વિસ્તારના ગરીબ ખેડૂતોની ખેતપેદાશો સીધી ગ્રાહકો સુધી પહોંચાડવાનો આ નમ્ર પ્રયાસ છે.

જતનના કપિલ શાહએ જણાવ્યું કે આવા મેળામાં સજીવ ખેતી કરનાર ખેડૂતને ઉચિત ભાવ મળી રહે છે તે સારી વાત છે, પણ ખેડૂતોએ સાથે સાથે લોભ ત્યજવો પડશે. ઉત્પાદક પોતે પ્રક્રિયા કરેલ માલ સીધો ગ્રાહકને વેચે તેવી આવડત ખેડૂત કેળવે તે આજે સમયની માગ છે.

આ મેળાના આયોજન માટે સજીવ ખેતી ક્ષેત્રે સંકળાયેલી વિવિધ સંસ્થાઓએ એકઠા મળી સમગ્ર આયોજનને

અંતિમ રૂપ આપ્યું હતું, જેમાં વડોદરા સ્થિત જતન સંસ્થાએ મહત્વનો ભાગ ભજવ્યો હતો. અગાઉ તેઓ વડોદરામાં સજીવ ખાદ્ય મેળાનું આયોજન કરી ચૂક્યા હતા.

આઈ.આઈ.એમ.ના વિશાળ કેમ્પસમાં પંચોતેર હજાર રૂપિયાના ખર્ચે બનાવેલા ભવ્ય શમિયાણામાં આ વાનગી મેળો નિરાળો લાગતો હતો.

નગરજનો બપોરના તડકામાં પણ ભોજન માટે આવ્યા હતા. શનિવાર અને રવિવાર સાંજે તો આખું કેમ્પસ મુલાકાતીઓથી ખીયોખીય ભરાઈ ગયું હતું. દુકાનદાર, ગ્રાહકો અને આયોજકો સૌના ચહેરા ઉપરનું સ્મિત દર્શાવતું હતું કે આવા વધુ ને વધુ મેળાઓનું આયોજન અવિરત થતું રહેશે.

વાનગી મેળાનાં મુખ્ય આકર્ષણો:

- પંદર હજારથી વધુ લોકોએ મેળાની મુલાકાત લીધી.
- ૪૦ સ્ટોલ અને ખેડૂત હાટમાં ૧૭ ખેડૂતોએ પોતાની સજીવ અને સાત્ત્વિક પેદાશો તથા વાનગીઓ રજૂ કરી, જેમાં ૩ સ્ટોલમાં પર્યાવરણ, ખેતી અને આરોગ્યને લગતાં પુસ્તકોનું પ્રદર્શન પણ હતું.
- દરેક સ્ટોલમાં ત્રણ હજારથી લઈ પાંત્રીસ હજાર રૂપિયા સુધીનું વેચાણ થયું. કુલ આશરે ચાર લાખ રૂપિયાની સજીવ



હલકા ધાન્યનું પ્રદર્શન સૌએ નિહાળ્યું



ખેતપેદાશો અને વાનગીઓનું વેચાણ થયું.

- મેળામાં ગુજરાત હાઈકોર્ટના જજથી લઈ અધ્યાપકો, વૈજ્ઞાનિકો, પત્રકારો, વિદ્યાર્થીઓ, ગૃહિણીઓ, બાળકો સહિત સૌએ એ ઉમળકાભેર ખરીદી કરી.
- લીમખેડા તાલુકાના સરજુમી ગામનાં ૧૫ આદિવાસી ભાઈ-બહેનોએ મેળામાં આવી વિવિધ વાનગીઓ બનાવી હતી. જેમ કે બાવટાના લાડુ, કોદરીની ખીચડી, કાયરીની કઢી, કાળી ડાંગરના પૂડા, મકાઈનાં પાનિયાં, મકાઈની વેંસ, મકાઈનો શીરો, કાંગનો શીરો, મકાઈના પાપડ, બાવટાનાં ભજિયાં, દેશી મકાઈના બાફેલા અને શેકેલા ડોડા, ઉમરાનાં ફળનું શાક, કાંદાગોળાનું શાક, ગાંગોડનું શાક, નાગલીના રોટલા. આ ઉપરાંત અન્ય સ્ટોલમાં માટલા ઊંધિયું, ખીચું, વિવિધ જાતના જ્યૂસ, પાણીપૂરી, મકાઈનાં ભજિયાં, હર્બલ ચા-કોફી, ટોમેટો સૂપ-જ્યૂસ, માટીની તાવડી ઉપર બનેલા બાજરી અને મકાઈના રોટલા, રીંગણનું ભડયું, લસણની ચટણી, ફુદીના અને આમળાંનાં શરબત વગેરેની લિજ્જત નગરવાસીઓએ માણી હતી.
- નાનાં બાળકો માટે કઠપૂતળીનો ખેલ અને દેશી ઢોલ-નગારાં તથા શરણાઈના સૂર સૌનું મન મોહી લેતા હતા.

- પ્રદર્શન વિભાગમાં કાંગ, કોદરા, હામલી, સામો, શીણો, બાવટો, લાલ-સફેદ બંટી, કુકરો, કુરી, કાળી ડાંગર વગેરેના નમૂના તેના પોષણમૂલ્ય સાથે રજૂ કર્યા હતાં. હવે પછીના વાનગી મેળામાં પોષણમૂલ્ય અંગે હજુ વધુ સંશોધન કરવાની જરૂરિયાત પણ જણાઈ હતી.

સજીવ પેદાશોની માંગ અને લોકોની જાગૃતિ
વાનગી મેળાની અસરકારકતાનો ખ્યાલ એ ઉપરથી પણ આવે છે કે ૪૨૨ વ્યક્તિઓએ સજીવ ખાદ્યાન્નની માગ કરી છે. જેમ કે ઘઉં માટે ૩૬ ટન (૨૫૨ વ્યક્તિઓ), ડાંગર ૧૬ ટન (૨૩૮ વ્યક્તિ), બાજરી ૨ ટન (૧૨૭ વ્યક્તિ), ખાદ્ય તેલ ૮.૬ ટન (૧૭૬ વ્યક્તિ), ગોળ ૩ ટન (૧૭૦ વ્યક્તિ), ચણા ૨.૭ ટન (૧૩૮ વ્યક્તિ), મગ ૨.૪ ટન (૧૭૮ વ્યક્તિ), તુવેર દાળ ૪ ટન (૧૭૮ વ્યક્તિ), અડદ ૧.૬ ટન (૧૧૮ વ્યક્તિ) અને બીજી ઘણી બધી ખેતપેદાશોની માગ નોંધાઈ છે.

સજીવ ખેતી અંગેનું સાહિત્ય વાંચવામાં ૮૦ ટકા લોકોએ રસ દાખવ્યો. સજીવ પેદાશોનો પ્રચાર કરવા માટે મોટા ભાગના લોકોએ રસ દર્શાવ્યો છે. કેટલાક શુભેચ્છકોએ તો આ સજીવ ખાદ્યાન્નના ફેલાવા માટે સ્વયંસેવક તરીકે કાર્ય કરવાની ઉત્સુકતા દર્શાવી છે. ૫૦ ટકાથી વધુ લોકોએ આવા મેળા વારંવાર યોજવા માટેનો મત પ્રદર્શિત કર્યો છે.

સજીવ પેદાશો ખરીદ કરતી વખતે ગ્રાહકોની પસંદગીનાં જુદાં જુદાં પાસાંઓનું મૂલ્યાંકન કરવામાં આવ્યું, જેમાં પેદાશની ગુણવત્તાને પ્રથમ ક્રમ મળ્યો. બીજા નંબરે વિશ્વસનીયતા (સર્ટિફિકેશન), ત્રીજા

નંબરે પુરવઠાનો સ્રોત, વાજબી કિંમત અને પેકિંગને મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. અર્થાત્ ગ્રાહક ગુણવત્તા અને ખાદ્ય પેદાશના પ્રમાણીકરણને કિંમત અને પેકિંગ કરતાં વધુ મહત્ત્વ આપે છે. મોટા ભાગના મુલાકાતીઓએ મેળાની જાણકારી પ્રચાર-માધ્યમો મારફતે મેળવી હતી, જ્યારે અન્ય સ્રોતોમાં મિત્રો, રોડ ઉપરનાં બેનર, સૃષ્ટિ, આઈ.આઈ.એમ., એન.આઈ.એફ., જ્ઞાન, જનપથના કાર્યકરો અને લોકસરવાણી મારફતે જાણ થઈ હતી. આ રસપ્રદ સર્વેમાં જાણવા મળ્યું કે, કુલ ૩૫૮ ઉત્તર-દાતાઓમાંથી ૭૦ ટકાથી વધુ ઉત્તરદાતાઓએ ૧૦થી ૧૫ ટકા વધુ કિંમત ચૂકવી સજીવ ખેતપેદાશો ખરીદવાની તૈયારી દર્શાવી છે. ૨૦ ટકા ઉત્તરદાતાઓએ ૧૬થી ૨૦ ટકા અને ૧૦ ટકા ઉત્તરદાતાઓએ ૨૦ ટકાથી વધુ કિંમત હોય છતાં સજીવ ખેતપેદાશો ખરીદવાની તૈયારી બતાવી છે.

કૃષિ પ્રબંધ કેન્દ્ર (આઈ.આઈ.એમ.)માં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓ સુદીપ્ત અને વિજયાએ અલગથી વધુ પદ્ધતિસર મોજણી હાથ ધરી હતી. આ મોજણી સજીવ ઉત્પાદન, બજાર અને ગ્રાહકોનું વલણ જાણવા માટેની હતી. ૪૦ ઉત્તરદાતાઓના અભ્યાસમાંથી ૧/૩ મહિલાઓ હતી. ૮૦ ટકાથી વધુ લોકોની માસિક આવક રૂ. ૧૫૦૦૦થી વધુ હતી અને ૩૦ ટકા



વાનગી હરીફાઈમાં ભાગ લઈ રહેલી બહેનો



લોકોએ વ્યાવસાયિક અભ્યાસ કરેલો હતો. અશરે ૯૫ ટકા લોકોએ સજીવ ખોરાકને કોઈ પણ પ્રકારના રસાયણ વગરના ખોરાક તરીકે ઓળખાવ્યો. જ્યારે ૮૦ ટકા લોકોએ સેન્દ્રિય ખાતરો અને વનસ્પતિજન્ય દવા દ્વારા ઉત્પાદન કરેલ ખોરાક તરીકે ઓળખાવ્યો. માંડ ૦૬ ટકા લોકો ખાદ્ય પેદાશોના પ્રમાણીકરણ કરવાની વિધિથી અવગત હતા. મોટા ભાગના ઉત્તરદાતાઓ ૧થી ૨ ટકાથી વધુ કિંમત ચૂકવવા ઇચ્છતા નહોતા. મોટા ભાગના ગ્રાહકોએ પેદાશો પ્રમાણિત કરવા કરતાં વેચાણ કરનારની શાખને મહત્વની ગણાવી હતી. અનાજ કરતાં ખોરાક અને શાકભાજીની માંગ વધુ હતી. પેદાશ સરળતાથી મળી રહે તેને મહત્વનું પાસું ગણાવ્યું હતું. ટૂંકમાં સ્વાદ, વિશ્વસનીયતા અને શાખ મહત્વનાં પરિબલો છે.

ગ્રામ્ય વિસ્તારમાં જેનો ઉપયોગ ઓછો થઈ રહ્યો છે અને શહેરોમાં તો સાવ નહિવત્ ઉપયોગ છે તેવા પાક અને તેની જાત અંગેની જાગૃતિ બનાવવામાં વાનગી મેળો મહદ્ અંશે સફળ રહ્યો હતો, પરંતુ જ્યારે માંગ ખૂબ હોય ત્યારે તેનો જથ્થો પૂરો પાડવો તે મોટી બાધારૂપ બાબત છે. આ અંગે ‘પરખ’ સંસ્થાએ મહત્વની શરૂઆત કરી છે.

કોઈ એક સંસ્થા આ બધાં જ ધ્યેય પાર પાડવા સક્ષમ નથી. સજીવ ખેતી દ્વારા ઉગાડવામાં આવતા પાક અને પશુપેદાશના પ્રમાણીકરણ માટે ખેતી અંગેનું જ્ઞાન ધરાવતા સ્વયંસેવકોના એક વિશાળ નેટવર્કની જરૂર છે કે જેઓ ખેડૂતની મુલાકાત લઈ શકે. મોટા ભાગની સજીવ પેદાશોનું વેચાણ વિશ્વાસ ઉપર આધારિત છે. સદ્ભાવ સૃષ્ટિ સંશોધન પ્રયોગશાળા આવનારા દિવસોમાં ખેતર અને ખેતપેદાશોના નમૂના લઈ જંતુનાશક અવશોષોની ચકાસણીમાં મહત્વનો ભાગ ભજવશે.

વાનગી હરીફાઈ

છેલ્લાં છ વર્ષથી સૃષ્ટિ દ્વારા શોધયાત્રા દરમ્યાન જુદા જુદા ગ્રામીણ અને પછાત વિસ્તારોમાં જૈવિક વિવિધતા હરીફાઈ તથા પરંપરાગત વીસરાતી વાનગી હરીફાઈનું આયોજન થઈ રહ્યું છે. તેનો એકમાત્ર ઉદ્દેશ એ જ હતો કે બંટી, બાવટો, કોદરી જેવાં હલકાં ધાન્યો અને અપ્રચલિત વનસ્પતિઓના ઉપયોગનું જ્ઞાન જીવંત રહે. તાજેતરમાં સૃષ્ટિ દ્વારા ઓર્ગેનિક ફૂડ ફેસ્ટિવલનું આયોજન કરવામાં આવ્યું ત્યારે યોજાયેલ વાનગી હરીફાઈમાં મળેલી વાનગી જોતાં અમને એવું લાગ્યું કે ગામડું છોડીને શહેરમાં વસવાટ કરતી મહિલાઓ પણ આવું જ્ઞાન અવશ્ય ધરાવતી હશે તો તે જ્ઞાનને પણ પ્રોત્સાહિત કરવું જોઈએ. તે વિચારથી અમે શહેરમાં પણ પરંપરાગત વીસરાતી વાનગીઓની હરીફાઈ ૨૭, ફેબ્રુઆરીના રોજ બે ભાગમાં યોજી.

- (૧) હલકાં ધાન્યો
- (૨) અપ્રચલિત વનસ્પતિ

નીતિનિયમો

શહેરી વિસ્તારમાં આ હરીફાઈ યોજવા માટે આયોજન ખૂબ જ મહત્વનું પાસું છે. તે માટે અમે શહેરના જુદા જુદા

વિસ્તારમાં પેમ્ફ્લેટ વહેંચ્યાં, બેનર બંધાવ્યાં. સૃષ્ટિના સંપર્કમાં રહેતા શુભેચ્છકોએ પણ પોતાના વિસ્તારમાં આ હરીફાઈ માટે વાત કરી. અમદાવાદમાં કામ કરતી કેટલીક સંસ્થાઓને પણ અમે આ હરીફાઈ અંગે જણાવ્યું. હરીફાઈની વાત સાંભળીને બધી જ બહેનોને રસ પડતો, પરંતુ પસંદગીયુક્ત ધાન્ય કે અપ્રચલિત વનસ્પતિની વાત સાંભળીને બહેનો મૂંઝાઈ જતી. આ ધાન્યો કે વનસ્પતિ ક્યાંથી મળે એમ પૂછતી. અરે ઘણી વાર તો આવાં ધાન્યોનાં નામ પણ તેમણે સાંભળ્યાં નહોતાં. શહેરમાં વનસ્પતિની જે વિવિધતા જોવા મળે છે તેમાંથી અપ્રચલિત વનસ્પતિ મળવી મુશ્કેલ લાગતી.

અમે પૂછપરછ કરતી બહેનોને ધાન્ય પૂરું પાડવાની બાંધધરી આપી. પરિણામે અમુક બહેનોએ રસ દર્શાવ્યો. હરીફાઈ યોજવાના બે દિવસ પહેલાં સુધીમાં અમારી પાસે મુશ્કેલથી ૮થી ૧૦ બહેનોએ જ નામ નોંધાવ્યાં હશે, પરંતુ હરીફાઈના દિવસે ૨૫ બહેનોએ ભાગ લઈને હરીફાઈને સફળ બનાવી. આ હરીફાઈમાં કુલ ૨૫ બહેનો દ્વારા ૬૮ ઇન્સ્ટન્ટ વાનગીઓ મળી.

હરીફાઈ દરમ્યાન વાનગીઓની સર્વશ્રેષ્ઠતા માટે અમે જજ તરીકે પાંચ વ્યક્તિઓને બોલાવવાનું નક્કી કર્યું, જેમાં

૧. આશિષ ચેટર્જી, હોટેલ તાજ રેસિડેન્સી
૨. શ્રી પાંડે, હોટેલ મેનેજમેન્ટ
૩. ડૉ. ગીતાબહેન મહેતા,
- બી. ડી. આર્ટ્સના પ્રિન્સિપાલ
૪. ડૉ. અંબરબહેન ત્રિવેદી,
- બી. ડી. આર્ટ્સના વિભાગીય અધ્યક્ષ

નિષ્ણાતોએ સ્વાદ, નવીનતા, રજૂઆત, પોષણમૂલ્યની જાણકારી અનુસાર વાનગીની પસંદગી કરી. જજની સમિતિએ દરેક બહેનોની વાનગીની પસંદગી વખતે તેમને કેટલાક સવાલો પૂછ્યા, જેમ કે

તમને આ ધાન્યોની જાણકારી ક્યાંથી મળી? તેમાં કેટલું પોષણમૂલ્ય છે? કેટલી વારમાં બને, કોની પાસેથી શીખ્યાં? વગેરે, જેમાં બહેનોએ પણ પોતાના જ્ઞાન મુજબ જવાબ આપ્યા.

આ હરીફાઈ દરમ્યાન અમે એક પત્રકાર સંમેલનનું પણ આયોજન કર્યું હતું.

ગુજરાત સમાચાર, સંદેશ, દિવ્ય ભાસ્કર, E.Tv, Indian Express, T.O.I, AIR, મિડ-ડે, અભિયાન, આરપાર વગેરેએ આ હરીફાઈની વિસ્તૃત નોંધ લીધી, જેના પરિણામ-સ્વરૂપે હરીફાઈ પછીના દિવસોમાં એટલે કે તા. ૨૮-૨૯ ફેબ્રુઆરીના રોજ ઘણા બધા શહેરીજનોએ ફૂડ ફેસ્ટિવલની મુલાકાત લીધી.

હરીફાઈમાં ભાગ લેનાર દરેક બહેનો તથા જેઓને પાછળથી ખબર પડી હોય તેવી બહેનોએ ફરીથી આવી હરીફાઈ યોજાય તો તેમાં ભાગ લેવાની રુચિ બતાવી.

તૃણ ધાન્યોની પરંપરાગત વીસરાતી વાનગીઓ

(૧) સ્વીટ બોટ

પ્રથમ વિજેતા - કીર્તિ રાઠોડ,

૧૭, નીલદીપ રો હાઉસ, મેમનગર, અમદાવાદ,

મકાઈની બરફી: જરૂરી સામગ્રી - ૩ નંગ મકાઈ ડોડા, ૧૦૦ ગ્રામ દૂધ, ૧૫૦ ગ્રામ ખાંડ, બે ચમચા ઘી, ૧૦૦ ગ્રામ દૂધ પાઉડર.

બનાવવાની રીત: મકાઈને છીણી લો. ત્યાર બાદ તેને ઘીમાં ઘીમા તાપે બદામી થાય ત્યાં સુધી સાંતળો. ત્યાર બાદ ગરમ દૂધ તેમાં નાખો. ગરમ દૂધ અને ખાંડ નાખી



બે-ત્રણ મિનિટ ચડવા દો. ત્યાર બાદ તેને એકદમ ઠંડું થવા દો. આ મિશ્રણ એકદમ ઠંડું થાય એટલે તેમાં દૂધનો પાઉડર મિશ્ર કરી દો. ત્યાર બાદ આ નરમ પદાર્થને બોટ જેવો આકાર આપી ચારોળી, કાજુ અને બદામથી શણગારી લો.

સફેદ બાવટાની રાબ

જરૂરી સામગ્રી: ૫૦ ગ્રામ સફેદ બાવટો (Eleusine coracana), બે કપ દૂધ, ૧૫૦ ગ્રામ ખાંડ, એક કપ પાણી, કાજુ, બદામ, કેસર.

બનાવવાની રીત: સફેદ બાવટાને ઝીણો દળી લો. આ દળેલા બાવટાને પાણીમાં



ઓગાળી ઘીમા તાપે પાંચ મિનિટ ચઢવા દો. દૂધ અને ખાંડ નાખી વધુ ૧૦ મિનિટ ચડવા દો. તેમાં કાજુ, બદામ, કેસર નાખી ઠંડું થવા દો.

મોટી અને આકર્ષક ડિશમાં પહેલાં રાબ નાખો અને ત્યાર બાદ તેમાં બોટ મૂકી ઠંડું ઠંડું પીરસો.

ફાયદા: બાવટો અને મકાઈ પોષણયુક્ત છે, જન્મદિવસ જેવા પ્રસંગોએ તૃણ ધાન્યોનું આપણા જીવનમાં મહત્ત્વ દર્શાવવા માટે બાળકો સમક્ષ મૂકી શકાય.

(૨) લાલ બાવટાનું બેબી ફૂડ

દ્વિતીય વિજેતા - હિના એચ પટેલ

ડી-૪, સ્મિતા એપાર્ટમેન્ટ, વેજલપુર, અમદાવાદ

જરૂરી સામગ્રી: લાલ બાવટાનો લોટ બે ચમચી, ગોળ ત્રણ ચમચી, ૨૫૦ ગ્રામ દૂધ, એક ચમચો ઘી.

બનાવવાની રીત: બાવટાના લોટને ઘીમાં ઘીમા તાપે શેકી લો. ત્યાર બાદ ગરમ દૂધ અને ગોળ નાખી બે-ત્રણ મિનિટ ઉકાળો. હળવું ગરમ હોય ત્યારે બાળકને આપો.

ફાયદા: બાળકો અને વૃદ્ધો માટે ઉત્તમ ખોરાક છે, તેમાં ઊંચું પોષણમૂલ્ય છે, પચવામાં સરળ છે.

(૩) મોરૈયો અને કોદરીનું ભૈડકું

તૃતીય વિજેતા - ધર્મિષ્ઠબહેન ગાંધી

૧૭, પાર્શ્વનાથ એપાર્ટમેન્ટ, ૧૯, સરસ્વતી સોસાયટી, પાલડી, અમદાવાદ.

જરૂરી સામગ્રી: ૧૦૦ ગ્રામ મોરૈયો (Panicum miliaceum), ૧૦૦ ગ્રામ કોદરી (Paspalum scrobiculatum), ૧૦૦ ગ્રામ છાશ અથવા દહીં. મીઠું અને મસાલા જરૂર મુજબ.

બનાવવાની રીત: મોરૈયો અને કોદરીને ગરમ પાણીમાં ધોઈ લો. ઘીમાં જીરુ, આદુ અને લીલાં મરચાં તથા મોરૈયો અને કોદરીને વધારો. ગરમ પાણી નાખી ઘીમા તાપે ચઢવા દો. આ ભૈડકું ઘેંસની જેમ છાશમાં ચઢાવીને પણ ખાઈ શકાય.

ફાયદા: પેટની તકલીફ દૂર કરે છે અને પચવામાં હલકું છે. વૃદ્ધ અને બાળકો માટે હળવો ખોરાક છે.

