

অক্টোবর, ২০২৪

রোজকার

রান্না রান্না

POWERED BY



অন্ন সবার জন্য



বারাণস্যাং অন্নপূর্ণাং
আলোছায়ার রূপকথা
অন্নরকম: চালের অভিনব ৫টি রান্না
অন্নকূটের আয়োজনে
আলোর উৎসব, এবং মিষ্টি
অন্যান্য নিয়মিত বিভাগ

সম্পূর্ণ বিনামূল্যে পড়তে লগ-ইন করুন
www.rojkarananya.com

রোজকার

অনন্যা

রোজকার সাত সতেরো, সাথে রোজকার রান্নাবান্না

Trusted Since
1864

RIGHT CHOICE
PRICE



NO MAKING CHARGES*
on diamond jewellery

Free Gold Coin on
Diamond Jewellery purchase*



FLAT ₹ 499 Per GM*

Making Charges on
Gold Jewellery*

₹ 699 Designer Gold Jewellery* & **₹ 899** Studded Gold Jewellery*
Per GM*

GET 100%

value on exchange of any old
gold bought from any jeweller*

KOLKATA:

5, CAMAC STREET, NEAR THEATRE ROAD (033 40064905)
NEAR PANTALOONS, KANKURGACHI (033 40052214/15/16)

For franchise inquiry, please call on 9158635000 or send email on franchisee@tbzoriginal.com

tbz[®]
The original since 1864

এক বছর



একটা গোটা বছর আমরা অপেক্ষা করি পুজো আসবে বলে। একবছরের আয়োজন, শুরু হলেই শেষ হয়ে যায় চোখের নিমেষে। ভারাক্রান্ত মনে অপেক্ষা দীপাবলির। তুবড়ি, হাওয়াইয়ের সঙ্গে মাটির প্রদীপের আলোতে সেজে উঠবে সবার বাড়ি। সবই তো মায়ের রূপ।

মায়ের আরেক রূপ 'অন্নপূর্ণা'কে নিয়ে এই বিশেষ সংখ্যার শুরু। তিনি যেন একেবারে নিজের মায়ের মতোই। সন্তানকে খাইয়ে তবে তাঁর শান্তি। 'অন্ন' তাও তো স্বয়ং লক্ষ্মীর রূপ। ভারতীয় সংস্কৃতিতে অতিথিরূপী 'নারায়ণ'কে যত্ন করে খাওয়ানো মানেই পরম পূণ্য। কোটি কোটি মানুষের ক্ষুধা নিবৃত্তি করে যে অন্নের দানা তাকে ধন্যবাদ জানিয়ে অনন্যা পরিবারের পক্ষ থেকে বিশেষ দীপাবলি সংখ্যা 'অন্ন সবার জন্য'। এছাড়াও রয়েছে ঘরোয়া উপায়ে খাবার সংরক্ষণ, অন্নকূট মহোৎসব নিয়ে দুটি লেখা। 'বসুধৈব কুটুম্বকম' কেই মনে প্রাণে ধারণ করে একমাত্র এদেশেই সর্বসাধারণের জন্য রয়েছে রেশন ব্যবস্থা, সেই নিয়েও একটি লেখাতে সমৃদ্ধ হয়েছে এই সংখ্যা। দীপাবলির মিষ্টি আর ভাইফোঁটার মহাভোজের আয়োজন ও কিন্তু বাদ পড়েনি।

পাঠক/পাঠিকাদের প্রতি অনুরোধ, বিদেশি রঙিন মোমবাতি, টুনি বালবের পরিবর্তে মাটির প্রদীপে ঘর সাজান। তবেই তো সবার ঘরে আলো জ্বলবে। আর সবাই মিলে ভালো থাকবেন, আনন্দে থাকবেন তবেই তো যথার্থ উৎসব।

সবাইকে শুভ বিজয়ার প্রীতি, শুভেচ্ছা ও অভিনন্দন। দীপাশ্রিতা কালীপুজো এবং দীপাবলি সবার ভালো কাটুক। আলোর উৎসবে প্রত্যেকের ঘরে আলো জ্বলুক।

ধন্যবাদান্তে

সুস্মিতা মিত্র..

সুস্মিতা মিত্র
সম্পাদক

রোজকার রান্নাবান্না

পরিবার

সম্পাদক
সুমিত্রা মিত্র

সম্পাদকীয় বিভাগ
কমলেন্দু সরকার
তৃষা নন্দী

উপদেষ্টা
দেবযানী মুখোপাধ্যায়
রবি সাহা

প্রচ্ছদ কাহিনী পরিকল্পনা
ষাদব সেন

বিজ্ঞাপন
অভিষেক কর্মকার

ডিজিটাল ও ওয়েব
সন্দীপ জানা

ডিজাইন
সৌরভ ঘোষ

একটি দেবী প্রণাম প্রকাশনা

যোগাযোগ

সম্পাদকীয় বিভাগ: ৬২৯০৪৩০৪৯৬ (সকাল ১১ টা থেকে বিকাল ৫টা)

বিজ্ঞাপন বিভাগ: ৭৯৮০৫৬৮৩৭২ (সকাল ১১ টা থেকে বিকাল ৫টা)

EMAIL: rojkarananya@gmail.com

দেবী প্রণাম প্রকাশনার পক্ষে অয়ন ঘোষ ও সুদেষ্ণা ঘোষ কর্তৃক প্রকাশিত

RNI: WBBIL/2015/64960

স্বত্বাধিকারী: অয়ন ঘোষ ও সুদেষ্ণা ঘোষ

এই পত্রিকায় প্রকাশিত বিজ্ঞাপন ও বিষয়বস্তু সম্পর্কিত কোনো দায় পত্রিকা কর্তৃপক্ষের নয়।

সূচীপত্র

বারাণস্যাং অন্নপূর্ণাং

৬

রান্নাবান্না

ইন্দিরা মুখোপাধ্যায়

অক্টোবর ২০২৪

আলোর উৎসব, এবং মিষ্টি... ৩৬
মৌসুমী দাস

মা অন্নপূর্ণা সবাইকে দুধে ভাতে
রাখুন ৪৮
অরিন্দম সরকার

চালের চালচিত্র ৫৩

ভাইফোঁটার মহাভোজ ৫৭
মৌমিতা কুন্ডু মল্ল
সঞ্চিতা দাস

রাঁধুনি ৭২



‘অন্ন’রকম: চালের পাঁচটি রান্না

শুভজিৎ ভট্টাচার্য

২২



আলোছায়ার রূপকথা ১৬

অমৃতা ভট্টাচার্য



‘অন্নকূটের আয়োজনে’

সুশ্মিতা মিত্র

৩০





ইন্দিরা মুখোপাধ্যায়

বারাণস্যাং অন্নপূর্ণাং



হি ন্দুধর্মের বিশ্বাস অনুসারে দেবাদিদেব বিশ্বেশ্বরের বাসস্থান অবিমুক্তকাশী ধাম । তীর্থরাজ্ঞী বারাণসীর পূর্ব নাম কাশী। কাশা থেকে এই নামের উৎপত্তি, যার অর্থ ঔজ্জ্বল্য। কেউ বলে প্রাচীন ভারতে প্রবহমান বারাণসী নদী থেকেই এ শহরের অমন নাম। লোকগাথা অনুযায়ী বরনার নামে এক রাজা কাশীতে রাজত্ব করতেন। তাঁর নামানুসারে কাশীর নাম হয় বারাণসী। ভূগোল বলে গঙ্গার দুই শাখা-নদী বরুণা এবং অসি দুদিক থেকে এসে মিলিত হয়েছে গঙ্গায়। সেই স্থানে গড়ে ওঠা জনপদের নাম বারাণসী। এই নাকি সেই অসি যা দিয়ে দেবী বিষ্ণুবাসিনী দুর্গম নামে দোদর্দণ্ডপ্রতাপ অসুরকে বধ করে রণক্লান্ত হয়ে তারপর অসি বা তলোয়ারটিকে ছুড়ে ফেলে দিয়েছিলেন এখানে। সেবার অসিঘাট থেকে দশাশ্বমেধ ঘাটের দিকে গিয়ে জেনেছিলাম আরও ইতিহাস। পুরাণ অনুযায়ী প্রজাপতি ব্রহ্মা নাকি কাশীর বিশ্বনাথ এবং অন্নপূর্ণার আদেশে কাশীর রাজা দিবোদাসের সহায়তায় দশটি অশ্বমেধ যজ্ঞ করেন। তাই বুঝি এই ঘাটের নাম দশাশ্বমেধ ঘাট।

মহাদেবকে স্বাগত জানাতে ব্রহ্মা এইখানে নাকি দশটি অশ্বমেধ যজ্ঞ করেন তাই এই দশাশ্বমেধ ঘাটটি ঐতিহাসিক ভাবে সবচেয়ে জনপ্রিয় এবং দৃষ্টিনন্দন ঘাট। দশাশ্বমেধ ঘাটে স্নান করলে নাকি দশটি অশ্বমেধ যজ্ঞের পুণ্যফল লাভ করা হয় সেই কারণে প্রতিদিন বহু মানুষ দেশ-বিদেশ থেকে এখানে আসেন। এই ঘাট ব্রহ্মদ্বার বলেও



Pioneer of Indian saree selling store

9830906302 9674678024
9830424928



P8 TAGORE PARK, R.N TAGORE ROAD KOLKATA 700056
(NEAR BARANAGAR METRO STATION)





মণিকর্গিকা



অভিহিত। পূর্বে এর নাম ছিল রুদ্রসরোবর এবং ঘোড়াঘাট। কাশীর পঞ্চতীর্থের অন্যতম তীর্থ এই দশাশ্বমেধ ঘাট। ১৭৪৮ সালে পেশোয়া বালাজি বাজিরাও নতুন ঘাটটি নির্মাণ করেছিলেন। ঘাটে প্রবেশের মুখে সিপিডারুডির প্রকাণ্ড পাথরের ফলক থেকে ইতিবৃত্ত জেনেছিলাম।

কাশী মহাতীর্থে দেবাদিদেব বিশ্বনাথের মন্দিরের সন্নিকটেই তাঁর সহজসঙ্গিনী মা অন্নপূর্ণার মন্দির। কাশীর বিশ্বেশ্বর এখানে মায়ের ভৈরব এবং দেবী অন্নপূর্ণা তাঁর প্রকৃতি। পীঠ হয়ে ওঠার পেছনে যে স্থান মাহাত্ম্য থাকে অর্থাৎ উত্তরবাহিনী নদী, সংলগ্ন শ্মশান সবকিছুই বর্তমান এখানে।

তন্ত্রচূড়ামণি গ্রন্থে আছে,
বারাণস্যাং বিশালাক্ষী দেবতা কালভৈরবঃ
মণিকর্গীতি বিখ্যাতা কুণ্ডলঞ্চ মম শ্রুতেঃ।।

যদিও এখানে বলা হয়েছে দক্ষযজ্ঞের সময় দেবীর কুণ্ডল পড়ার কথা কিন্তু ঋন্দপুরাণের কাশীখণ্ডে আছে বিষ্ণুর একদা এখানে মহাতপস্যা করার কথা। তপস্যার পর তিনি তাঁর চক্র দিয়ে একটি পুকুর খনন করেন এবং নিজের স্বেদগ্রন্থি নিঃসৃত স্বেদ বা ঘাম দিয়ে তা পূর্ণ করেন। মহেশ্বর তা দেখে অতীব প্রীত হয়ে মাথা নাড়তে থাকেন ও তাঁর মাথা নাড়ার ফলে কানের কুণ্ডল ওই পুকুরে পতিত হয়। তাই ওই স্থানের নাম মণিকর্গিকা। শিবপুরাণে বলা হয় তপস্যার সময় বিষ্ণুর কান থেকে বিবিধ রত্নে ভূষিত কর্ণকুণ্ডল পতিত হওয়ার আখ্যান। পীঠনির্ণয় তন্ত্রে দেবীর কর্ণকুণ্ডল পতিত হওয়ার জন্য দেবী হলেন স্বয়ং মণিকর্গী বা বিশালাক্ষী স্বরূপিণী আর তাঁর ভৈরব হলেন কালভৈরব।

কিংবদন্তির কড়চায় রয়েছে সতীর দেহত্যাগের গল্প।

১৮৪

অন্নদামঙ্গল ।

সেইহাগি মরিল পুড়ি হরিহোড় লয়ে ।
স্বর্গে গেল বসুন্ধর বসুন্ধরা হয়ে ॥
অন্নপূর্ণা গাঙ্গিনীর তীরে উপনীত ।
রচিল ভারতচন্দ্র অন্নদার গীত ॥

অন্নদার ভবানন্দভবনে যাত্রা ।
কৈ জানিবে তারা নাম মহিম্য গো ।
ভীম ভজে নাম ভীমা গো ॥

অগ্নমে নিগমে পুরাণ নিয়মে শিব দিতে নায়ে গীমা গে ।
ধর্ম অর্থ কাম মোক্ষ ধাম নাম শিবের সেই সে অধিমাংগো
নির্লে তারা নাম তরে পরিণাম নাশে কলির কালিমা গো ।
ভারত কাতর কহে নিরন্তর কি কর কৃপাবক্রিমা গো ।
অন্নপূর্ণা উল্লরিল গাঙ্গিনীর তীরে ।
পার কর বলিয়া ডাকিলা পাটুনীয়ে ॥
সেই ঘাটে থেয়। দেয় ঈশ্বরী পাটুনী ।
দ্বরায় আনিজ নৌকা বামাশ্বর শুনি ॥
ঈশ্বরীকে জিজ্ঞাসিল ঈশ্বরী পাটুনী ।
একা দেখি কুলবধু কে বট আপনি ॥
পরিচয় না দিলে করিতে নারি পার ।
ভয় করি কি জানি কে দিবে ফের ফার ॥
ঈশ্বরীয়ে পরিচয় কহেন ঈশ্বরী ।
বুঝহ ঈশ্বরী আমি পরিচয় করি ॥
বিশেষণে সবিশেষ কহিবারে পারি ।
জানহ স্বামির নাম নাহি ধরে নারী ॥



দক্ষযজ্ঞের পর ক্রুদ্ধ মহাদেব সতীর দেহ নিয়ে যখন হিমালয়ের পথে পথে ঘুরছিলেন তখন সতীর কানের কুণ্ডলের মণি পড়েছিল তাই মণিকর্ণিকা সতীপিঠ । আবার অন্যগল্পে বহু হাজার বছর ধরে তপস্যার পর বিষ্ণু দোদাঁড় নৃত্যরত নটরাজ মহাদেবকে খুশি করার জন্য কাশীতে একটি কুণ্ড খনন করেন । পার্বতীকে কাঁধে নিয়ে মহাদেব বিষ্ণুর প্রতি তুষ্ট হন । এবং সেই কুণ্ডে স্নান করার সময় মহাদেবের মণি এবং পার্বতীর কানের কুণ্ডল পড়ে সেই কুণ্ডে । তাই মণিকর্ণিকা ঘাট হল একান্নপিঠের এক অন্যতম সতীপিঠ । কুণ্ডে নেমে মাথায় জল দিই । তবে বিদগ্ধজনের মতে মণিকর্ণিকা হল একটি উপপীঠ কারণ সতীর দেহাংশ নয় কর্ণের কুণ্ডল থেকে মণি পড়েছিল । শিবপুরাণ অনুযায়ী বিষ্ণুর কর্ণকুণ্ডল সেটি । শিবের আদেশে তপস্যারত বিষ্ণুর শরীরের স্বেদগ্রন্থি থেকে নির্গত স্বেদ তাঁর তপস্যার

স্থানটিকে প্লাবিত করে । অদ্ভুত সেই প্লাবন দেখামাত্রই বিষ্ণুর মাথা আন্দোলিত হতেই তাঁর কর্ণের কুণ্ডলটি নিক্ষিপ্ত হয় এবং বিবিধ রত্ন খচিত সেই কুণ্ডলটি যেখানে পড়ে তাই মণিকর্ণিকার কুণ্ড বা জলাশয় নামে পরিচিত । এই উপপীঠের পীঠদেবী অন্নপূর্ণা যাঁর ভৈরব হলেন কাশী বিশ্বনাথ । আদ্যাস্তোত্রোও এর উল্লেখ ‘বারাণস্যাং অন্নপূর্ণাং’ শব্দবন্ধে । কবিকঙ্কণ মুকুন্দরামের চণ্ডীমঙ্গলে পাই এখানে দেবীর বক্ষদেশ পতিত হওয়ার কথা । আবার রায়গুণাকর ভারতচন্দ্র তাঁর অন্নদামঙ্গলের সূচনা লগ্নে অষ্টভূজা দেবী অন্নপূর্ণার মাহাত্ম্য কীর্তন করেছেন এভাবে... ‘অন্নপূর্ণা অপর্ণা অন্নদা অষ্টভূজা অভয়া অপরাজিতা অচ্যুত অনুজা ।। শুন শুন নিবেদন সতীজন সব যে রূপে প্রকাশ অন্নপূর্ণা মহোৎসব ।।’



Graceful
Festive Range

FROM

Mrignayani

HANDLOOM • HANDICRAFTS

20%
DISCOUNT



 [mrignayanikolkata](https://www.facebook.com/mrignayanikolkata)
www.mrignayanikolkata.com

M.P. GOVT. EMPORIUM

 **Mrignayani** | **AVANTI**

Dakshinapan, Dhakuria Ph.: 24236715

Uttarapan, Ultadanga Ph.: 23550666



Video Call:
7439612704

এই দেবী অন্নপূর্ণাকে ঘিরেই বারাণসীতে নিয়মিত এমন এলাহি অন্নভোগ হয় যে সেখানে কেউ অভুক্ত থাকে না।

শিব ও পার্বতীর সংসারের ঘোর দারিদ্রের বর্ণনা পাই মঙ্গলকাব্যে। মা অন্নপূর্ণা তখনও দেবী অন্নপূর্ণা হয়ে ওঠেননি।

ভিখারি শিবের সব বায়নাও সামলায় উমা।

‘শাক নাই, শুভ্জো নাই, ব্যঞ্জনও নাই, চাউল বাড়ন্ত, তবে ফ্যান-ভাত চাই’

রান্না করার সব তরিবতও শিবের জানা। এমনকি মুসুরির ডাল রান্নায় কতটা জল দিতে হবে, করঞ্জা ফল কীভাবে কাটতে হবে, ঘিয়ে ফুলবড়ি ভেজে দুধে ফেলে কেমন করে রাঁধতে হয়, পলতা শাকের চচ্চড়ি, ডাল সাঁতলানোর পদ্ধতি... এমন সব রেসিপি বাতলে শতেক ফরমাশ জারি করে শিব বলে ‘রন্ধন করিবে কিছু ক্ষীরি’। দেবী হয়ে ওঠার পর অন্নপূর্ণা প্রদত্ত অন্ন খেয়ে শিবের চোখেমুখে ফুটে ওঠে বালকসুলভ তৃপ্তি।

‘অন্নপূর্ণা দিলা শিবেরে অন্ন
অন্ন খান শিব সুখ সম্পন্ন।।’

আর তার পরেই সুখান্যের মধুরেণ সমাপয়েত যখন হয় তখন মহাদেবের আনন্দ আর দেখে কে?

‘পায়সপয়োধি সপসপিয়া, চুক চুক চুক চুষ্য চুষিয়া,
কচর মচর চব্য চিবিয়া, লিহ লিহ জিহে লেহ্য লেহিয়া,
চুমুকে চক চক পেহ পিয়া, জয় জয় অন্নপূর্ণা বলিয়া,
নাচেন শঙ্কর ভাবে চলিয়া।’

এই শিব আবার একদিন রাগ করে, ঘরবাড়ি ছেড়ে চলেই গেলেন গটগট করে। যাওয়ার সময় বলে গেলেন, “কী করতে ঘর সংসার করা! তুমি সুখে ঘর করো নিজের ছেলে-মেয়েকে নিয়ে। যা ভিক্ষে

করে আনি, সে তথ্য নথিভুক্ত হয় না বলে, এত কথা শুনতে হবে আমাকে? তোমার ছেলে গণেশের ইঁদুরগুলো সব চাল খেয়ে নেয়। আমার সাধের বলদটা দুর্বল হচ্ছে দিনে-দিনে। টলমল করে, ঘাসপানিটা পর্যন্ত পায় না। তোমার ছেলে কার্তিকের ময়ূর খেয়ে ফেলবে এই ভয়ে জটার সাপখোপগুলো কাঁপছে সারাদিন।”

‘উমা পেয়ে মহেশের বাড়িল আনন্দ’ কিন্তু উমার যে খেদের শেষ নেই।

‘বড় পুত্র গজ মুখ চারি হাতে খান
সবে গুণ সিদ্ধি খেতে বাপের সমান।।
ভিক্ষা মাগি খুদ কণা যে পান ঠাকুর
তাহার ইন্দুরে করে কাটুর কুটুর।।
ছোট পুত্র কার্তিকেয় ছয় মুখে খায়।
উপায়ের সীমা নাই ময়ূরে উড়ায়।।
উপযুক্ত দুটি পুত্র আপন যেমন
সবে মাত্র আমি ঘরে এই অলক্ষণ।।
করেতে হইল কড়া সিদ্ধি বেটে বেটে
তৈল বিনা চুলে জটা অঙ্গ গেল ফেটে।।’

এহেন দেবী পার্বতী একদিন শিবকে বলেই ফেলেন তাঁর মনের কথা। দারিদ্র তাঁর আর সহ্য হয় না। মাথার চুলে ও সর্বাপে তেল না পড়ে রক্ষ ও শুষ্ক হইছে তাঁর গাত্র ও কেশরাজি। শিবের জন্য নিত্য সিদ্ধিপাতা বেটে বেটে হাতে পড়েছে কড়া। এক পুত্র গজানন, চারহাতে খায় ও অন্য পুত্র ষড়ানন ময়ূর নিয়ে অহোরাত্র খেলে বেড়ায়। এতজনের সংসারে অন্ন নেই। তাই পার্বতীর হাল্হতাশ দেখে মহাদেব ভিক্ষায় বেরলেন।

আর পার্বতী তাঁর সখী জয়ার কাছে মনের দুঃখ



Dil Ki Choice

Doctors' Choice is only a brand name or trademark and does not reflect its true nature. It does not represent any recommendations by medical practitioners. The images shown are for illustration purpose only and may not be exact representation of the products.

স্বাদের
উৎসবে
একটাই
চয়েস



Also available at:



For trade enquiries, please contact 9007666333 or email us at dc@ediblegroup.in



প্রকাশ করতে লাগলেন...

‘কি করিব একা ঘরে রয়ে বৃথা

কেন দুঃখ পাই বাপের মন্দিরে যাই

গণপতি কার্তিকেয় লহে।।

যে ঘরে গৃহস্থ হেন সে ঘরে গৃহিণী কেন

নাহি ঘরে সদা খাই খাই

কি করে গৃহিণী পানে ক্ষণক্ষণ বান্বানে

আসে লক্ষ্মী বেড় বান্দে নাই।।’

মনস্তাপ করতে করতে দেবী বাপের বাড়ির উদ্দেশে

রওনা দেবেন ভাবলেন। জয়া তাঁকে নিরস্ত করে

বললেন, “দ্যাখো, স্বামী ধনহীন হলে বাপের বাড়িতে

মেয়েদের কোনও সম্মান নেই। তার চেয়ে তুমি

অন্নপূর্ণা রূপ ধারণ করো। সারা বিশ্বের যত অন্ন

আছে তা তোমার সংগ্রহে রাখো। মহাদেব ভিক্ষা

করে কোথাও যখন অন্ন পাবেন না তুমিই তাঁকে অন্ন

জোগাবে।” দেবী অন্নপূর্ণার রূপ ধারণ করলেন। সারা

বিশ্বের সমস্ত অন্ন একত্র করে নিজের সংগ্রহে রাখতে

শুরু করলেন। এদিকে মহাদেব আর ভিক্ষা পান না।

অবশেষে তিনি লক্ষ্মীর কাছে গেলেন অন্নের জন্য।

লক্ষ্মী তাঁকে বললেন, “অন্ন তুমি কোথায় পাবে?

তোমার ঘরনি সব অন্ন নিজের কাছে রেখেছেন যে!

তাই তো বিশ্বসংসারে অন্ন অপ্রতুল।”

সেদিনই আবার মহাদেব তখন ঘরে ফিরে দেবীর

কাছে ভিক্ষা চাইলেন। পরিতৃপ্তি সহকারে নিজের

উদরপূর্তি করে মহাদেব বিশ্বকর্মাণে অন্নপূর্ণার

মাহাত্ম্য প্রচারের জন্য কাশীতে স্বর্ণদেউল মন্দির

নির্মাণের আদেশ দিলেন। চৈত্রমাসের শুক্লপক্ষের

অষ্টমীতিথিতে দেবীর পূজা চালু হল। সেটিই বর্তমানে

অশোক অষ্টমী তিথির চৈতালি দুর্গার পূজো। মা দুর্গা

শোক রহিতা তাই অন্নপূর্ণা স্বরূপিণীর আরেকটি রূপ

এই অশোকা।

দেবী অন্নপূর্ণার মাহাত্ম্য ও প্রকাশ সাধারণ

মানুষের মধ্যে ছড়িয়ে দেবার জন্য ভারতচন্দ্র তাঁর

অন্নদামঙ্গলের পরের পর্বে আরেক লৌকিক কাহিনীর

অবতারণা করলেন। দেবীর দুই সখী জয়া ও বিজয়া দেবীকে বললেন, ধনপতি কুবের নিত্য তোমার পূজো করে। পূজোর ফুল সংগ্রহ করেন কুবের অনুচর বসুন্ধর। বসুন্ধরকে শাপগ্রস্ত করো। এবং তবেই বসুন্ধরের মাধ্যমে তোমার পূজোর প্রচলন হবে। ধনপতি কুবের পূজোর ফুল সংগ্রহ করলেন। কিন্তু দেবীর মায়ায় ফুলের বাগানে তার স্ত্রী বসুন্ধরার সঙ্গে সাক্ষাৎ হল। বসুন্ধরের স্ত্রী তার স্বামীকে বললে, এই এত ফুলে পূজো করে কি হবে স্বামী? তার চেয়ে আমরা এই ফুল দিয়ে বাসর রচনা করে প্রেমালাপ করি।”

এদিকে কুবের ভবনে বসুন্ধরের বিলম্ব দেখে দেবী ক্রুদ্ধ হলেন। এবং বসুন্ধরকে অভিশাপ দিয়ে মর্তে প্রেরণ করলেন। মর্তে বসুন্ধর বাংলাদেশের গঙ্গার তীরে বরগাছি গ্রামে হরি হোড় রূপে জন্ম নিলেন। খুব দুঃখ-কষ্টে তার জীবন কাটে। বনের মধ্যে ঘুরে ঘুরে কাঠ কেটে, ঘুঁটে কুড়িয়ে তার বৃদ্ধ পিতা-মাতার জন্য অন্নের জোগাড় করে হরি হোড়। একদিন দেবী অন্নপূর্ণা এক বুড়ির বেশ ধরে তার সামনে উপস্থিত হলেন। হরি হোড় দেখল, সেই বুড়ি তার সংগৃহীত কাঠ-ঘুঁটে সব একত্র করছে। কোথা হতে আসে বুড়ি, ঘুঁটে পায় ভরে বুড়ি সর্বনাশ করিল আমার। কাড়ি নিলে হবে পাপ, বুড়ি পাছে দেয় শাপ এ দুঃখের নাহি দেখ পার।।

বুড়ি তখন তাকে বললে, “বাছা, আমি এত ভার আর বইতে পারছি না, তুমি যদি আমার বোঝাটি বয়ে দাও এর অর্ধেক কাঠ ও ঘুঁটে আমি তোমাকে দান করব।” বৃদ্ধারূপিণী দেবী এত ধীরগতিতে হাঁটতে শুরু করলেন যে হরির বাড়ির কাছে যেতেযেতেই সন্ধে

নেমে এল। বুড়ি বলল, “এখন তো আর চলতে পারিনে বাবা, তোমার ঘরেই থেকে যাই।” হরি বললে, “কিন্তু বুড়িমা, আমরা যে হতদরিদ্র, তোমাকে কী খাওয়াব?”

বুড়ি বললে, “বাছা, তোমার মা’কে বলো, অন্নপূর্ণার নাম করে ভাতের হাঁড়ি বসাতে,” হরির মা তখন বুড়ির আদেশমতো ভাতের হাঁড়ি নামিয়ে দেখেন তার মধ্যে নানাবিধ সুখাদ্য রয়েছে। এবার হরি বুঝতে পারলেন বৃদ্ধাবেশী দেবী অন্নপূর্ণার ছলনার কথা। দেবী হরি হোড়কে বরদান করতে উদ্যত হলে হরি বলল, “এই বর দিন, যাতে দেবীর পাদপদ্মে যেন আজীবন ঠাঁই হয়” দেবী তথাস্ত বলে অন্তর্হিত হলেন। এরপর হরির তিনবার বিয়ে হল। ধন সম্পদের অভাব রইল না। প্রত্যহ তার ঘরে অন্নপূর্ণার পূজা হতে থাকল। কিন্তু এক গৃহে বেশীদিন বাধা পড়ে থাকলে বসুন্ধরের শাপমুক্তি ঘটবে কিভাবে? তাই দেবী আবারো ফন্দি আঁটলেন। এদিকে দেবী হরিকে কথা দিয়েছেন যে তার গৃহ ছেড়ে অন্যত্র যাবেন না। স্বর্গে বসুন্ধরের স্ত্রী বসুন্ধরা ব্যস্ত হলেন তার স্বামীর জন্য। দেবীকে সে কাতর হয়ে প্রার্থনা জানালো। একে পতি বিরহে সে আকুল, অন্যদিকে তিন সতীনের কষ্ট সে আর সহ্য করতে না পেরে দেবীকে বলল, “আমাকে রক্ষা করুন, অনেকদিন তো হল আমার স্বামীর মর্তবাস। এদিকে আমি যে আর সহিতে পারিনে।”

দেবী ভাবলেন, বসুন্ধরাকেও যদি মর্তে বসুন্ধর অর্থাৎ হরি হোড়ের গৃহে পাঠাই তাহলে ওদের ঘরে চরম অশান্তি সৃষ্টি হবে আর সেই অছিলায় তিনি অন্যত্র গমন করবেন।



স্বাদের
উৎসবে
একটাই
চয়েস



Dil Ki Choice

Doctors' Choice is only a brand name or trademark and does not reflect its true nature. It does not represent any recommendations by medical practitioners. The images shown are for illustration purpose only and may not be exact representation of the products.

Also available at:



For trade enquiries, please contact 9007666333 or email us at dc@ediblegroup.in

কিছু হরি হোড়ের ঘর ছেড়ে বেরিয়ে গেলে অন্নপূর্ণার ব্রতী হবে কে? তাই নিত্যপূজো চালু রাখার জন্য দেবী গমন করলেন ভবানন্দ মজুমদারের গৃহে। হরি হোড়ের পূজো সময় দেবী তার মেয়ের রূপ ধরে এসে বললেন, “বাবা, আমি তবে যাই?” হরি বললেন, “হ্যাঁ, যাও।” ব্যস! সেই অপেক্ষাই করছিলেন দেবী। তিনি ভক্তের সঙ্গে ছলনা করে ভবানন্দের গৃহে পা বাড়ালেন। হরি হোড়ের বাড়ি থেকে ভবানন্দের বাড়ি যেতে হলে নৌকায় নদী পেরুতে হবে দেবীকে। নদী পার হওয়ার জন্য ঈশ্বরী পাটনীর সাহায্য চাইলেন তিনি। একা মেয়েকে নৌকা পার হতে দেখে মাঝি ঈশ্বরী তাঁর পরিচয় জানতে চাইলেন। দেবী রহস্যবৃত করে নিজের পরিচয় সম্বলিত বলতে লাগলেন সেই বিখ্যাত কবিতা...

“গোত্রের প্রধান পিতা মুখ্য বংশজাত।
পরম কুলীন স্বামী বন্দ্যো বংশখ্যাত।।
পিতামহ দিলা মোরে অন্নপূর্ণা নাম।
অনেকের পতিতেই পতি মোর বাম।।”

এইভাবে যুগযুগান্ত ধরে অন্নদামঙ্গলের এই সাধারণ লৌকিক কাহিনিগুলি হরি হোড় থেকে ভবানন্দ মজুমদার, বাংলার একগ্রাম থেকে অন্য গ্রামের পরিসর ছাড়িয়ে দেবী অন্নপূর্ণার মাহাত্ম্য প্রচার করে আসছে। আজও তাই অন্নপূর্ণা প্রসঙ্গ এসেই পড়ে বাংলার প্রাচীন সাহিত্যের ধারা অবলম্বন করে আধুনিক সাহিত্যে। আর এখনও আমাদের বাংলার আনাচকানাচে অন্নপূর্ণা পূজোর সময় অন্নকূটের রীতিও চালু আছে। বারাণসীর পুণ্যধামও তার ব্যতিক্রম নয়।

এই শিব আবার কঠোর পঞ্চতপ সাধনমার্গে উত্তীর্ণ হয়ে দেবী অন্নপূর্ণার মর্তলোকে অবতরণের আকৃতি জানান। কাশীতে প্রকাশিত এই অন্নপূর্ণা যাতে জনগণের কল্যাণে অন্ন প্রদান করেন।

‘অন্নপূর্ণা অন্নদাত্রী অবতীর্ণা হও
কাশীতে প্রকাশ হয়ে বিশ্বপূজা লও।।’

একসময় ভারতচন্দ্রের কাব্যেও অন্নপূর্ণার অধিষ্ঠানের কথা বারাণসীতে।

“কলকোকিল অলিকুল বকুলকুলে / বসিলা অন্নপূর্ণা
আর তার পরেই দেখি অন্নদামঙ্গলে চৈত্রমাসের
শুরুপক্ষের অষ্টমী তিথিতে অন্নপূর্ণার মহাসমারোহে



পূজোর কথা
‘ধন্য ঋতু বসন্ত সুধন্য চৈত্র মাস / ধন্য শুরুপক্ষ
যাহে জগত উল্লাস
তাহাতে অষ্টমী ধন্যা ধন্য নাম জয়া/অর্ধচন্দ্র ভালে
শোভে সাক্ষাৎ অভয়া।।’

‘অবতীর্ণা অন্নপূর্ণা হইলা কাশীতে/প্রতিমায় ভর করি
লাগিলা হাসিতে।।’

আর তারপর ‘অন্নে পূর্ণ কর বিশ্ব বিশেষতঃ কাশী’ ...
সেই ট্র্যাডিশন এখনও অব্যাহত।

পুরাণে বর্ণিত আছে, মুনিশ্রেষ্ঠ জাবালি নাকি একদিন তাঁর শিষ্য আরুণিকে বলোছিলেন, “অসি নদী ইড়া। বরণা নদী পিঙ্গলা এবং উভয়ের মধ্যস্থিত অবিমুক্ত ক্ষেত্রটি সুমুন্না নাড়ি রূপে চিহ্নিত। এই নাড়িট্রয়ের সমাহার হল বারাণসী’

তাই বুঝি যুগ যুগ ধরে মানুষের বিশ্বাসনির্ভরতা এই পুরাণের আশ্রয়ে। ভক্তি সহকারে মুক্তিকামী মানুষ বৃদ্ধবয়সে কাশীবাসী হতেন একসময়।

এখানে কেউ উপোসি থাকেনা। মা অন্নপূর্ণার ভাঁড়ারে ঠিক তার কিছু একটা গ্রাসাচ্ছাদনের উপায় হয়েই যায়। এমনই মাহাত্ম্য এই কাশীধামের।

তথ্যসূত্র
দুর্গা রূপে রূপান্তরে (মিত্র ও ঘোষ) / পূর্বা সেনগুপ্ত
অন্নদামঙ্গল - ভারতচন্দ্র রায়গুণাকর

Beautiful Beginnings
WITH EXQUISITE

Lehengas

EXCLUSIVE
WEDDING
COLLECTIONS

ADI
READYMADE
CENTRE PVT.
LTD.

Bondings are forever



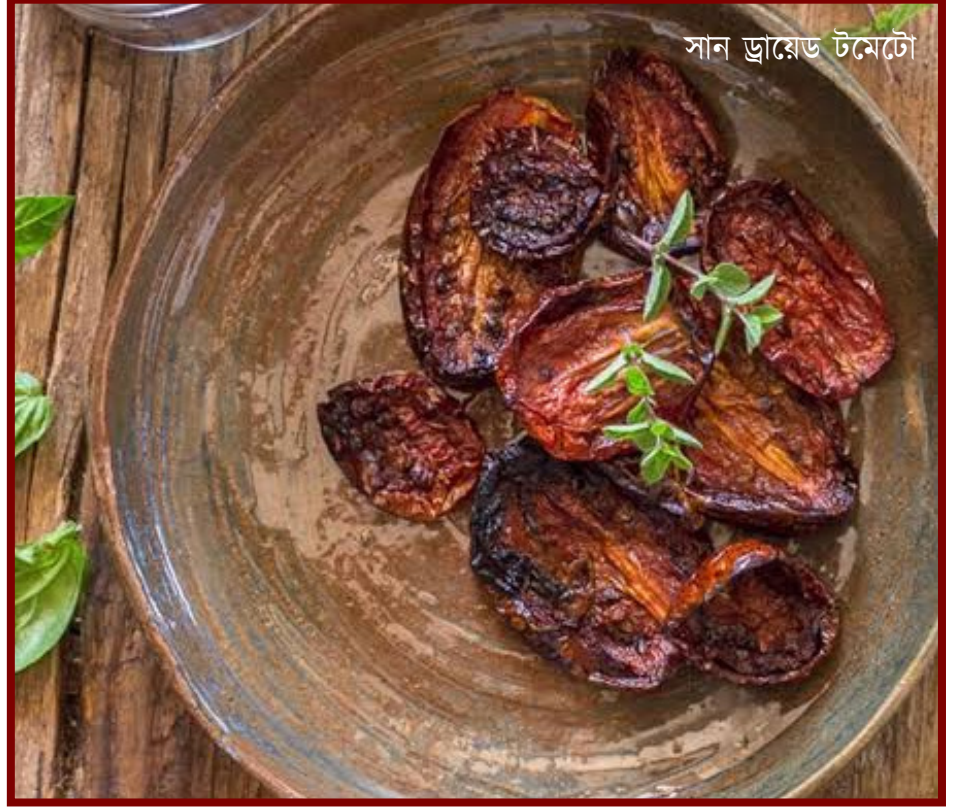
STATION ROAD, SODEPUR | FOR ONLINE SHOPPING CALL US AT:
PH: 2583 6149/2523 5588 | 9830117563 | 7003384398

VISIT US AT: www.adireadymadecentre.net | FOLLOW US ON   



অমৃতা ভট্টাচার্য

আলোছায়ার রূপকথা



সান ড্রায়েড টমেটো

গে রস্ত মানুষ জীবনকে ভালোবেসে রৌদ্রের উত্তাপ সঞ্চয় করে বছরভর। নিত্যদিনের রান্নাঘর কী তার ওই উনুন আর হাঁড়িপাতিলের! উঠোনে দাওয়ায় কুলো বিছিয়ে মাদুর বিছিয়ে ওই যে উত্তাপের অবসর, সে কী কম হল! ওকে নিছক সঞ্চয় বললে ভুল হবে। পার্থিব জীবন থেকে বেছে নেওয়া টুকরো টুকরো মুহূর্তের মালা যেন ওসব। বর্ষার দিনে যদি আমার গন্ধ খুঁজে ফেরে কেউ? জ্যেষ্ঠের স্বাদকে ফিরে পেতে চায়! সে তো সহজ নয়। তবু দেখুন কী আশ্চর্য এই রান্নাঘর, এই মায়া, - যেন কোন মায়া কস্থা বুনে চলেছে সে শীত গ্রীষ্ম বসন্তে। শাকসবজি ডাল থেকে শুরু করে মাছ ডিম মাংসের সে যেন আরেক সাজানো সংসার। এই পৃথিবীর মধ্যেই যেন আর কোনও এক মায়ালোক বলে ভুল হয় তাকে। জারক লেবুর বয়মখানা তাই সময়ের পলিতে ডুবে ডুবে আরও স্বাদু হয় দিনে দিনে। একে কি নিছক গেরস্তের সঞ্চয় বাসনা বলে দাগিয়ে দেওয়া চলে? এ তো কোন সে শিল্পীর হাতে গড়া আর এক যাপিত সভ্যতা। সেই সভ্যতায় কত কত রোদ, ছায়া আর অন্ধকার মিশে আছে প্রজন্মের শিক্ষানবিশির আখরে। সেকথা খুব গুছিয়েগাছিয়ে যে লিখে ফেলা যায় এমনটা নয়। তবু আমার ইচ্ছে করে ওই সমান্তরাল জীবনের সঞ্চয়ী উপন্যাসের কয়েক পাতা পড়ে ফেলতে।

দেশে দেশে খাদ্য সংরক্ষণের কত যে বর্ণ কত যে মূর্ছনা। সে হোক না চিরচেনা লাউ কুমড়া আলু পটল এমনকী পুঁটি মাছ! কাশ্মীর থেকে টাঙ্কানি হয়ে আগরতলার গ্রাম



ছুঁয়ে এই আমার বঙ্গদেশ – কাকে ছেড়ে কার কথা বলি। লাউ শুকিয়ে শুকিয়ে যে কাশ্মীরি মেয়ে বয়ম ভরিয়ে তোলে, সে ঠিক জানে কেমন করে অসময়ে ওই শুকনো লাউয়ের তরকারি রাঁধতে হয়। ইতালির রোদ্দুরে লাল টুকটুকে টোম্যাটোরা শুকিয়ে নীরস হয়। রোদের গন্ধে ভরে ওঠে ওদের শরীর। সান ড্রায়েড টোম্যাটো দিয়ে মানুষেরা যখন পেস্তো বানান তখন কি তারা রোদ্দুরের গন্ধ টের পান? পান বোধহয়। হাইড্রেটরে শুকিয়ে নিলে রোদ্দুরের গন্ধ তো আর থাকে না! থালা আর কুলোতে মেলে দেওয়া আমসত্ত্বের মতো সেও ওই রোদ আর

আলো বাতাসের গন্ধ মেখে জারিত হওয়া এক ভিন্ন স্বাদ। সেই কবেকার কোন বৈশাখের দিনে মানুষ নিজের মতো করে চিনেছে এসব। গুটি আমের সঞ্চয় তো আর পাকা আমের মতো করে করলে চলে না! আমতেলে আমের গন্ধটিই সব। সে গন্ধ কি আর জৈষ্ঠের আমে হয়! অক্ষয় তৃতীয়ার কাসুন্দি যে উত্তাপের সঞ্চয় পোহায় সে ভারী অন্যরকম। আষাঢ় বা শ্রাবণের আর্দ্র দিনে অমন কাসুন্দি তাই বানানো সম্ভব হয় না। আসলে বলতে চাইছি এইকথাটিই যে, সংরক্ষণের একটি দর্শন আছে। একটি স্বাদচেতনা আছে। দেশকালের স্বাদ কোরক



Dil Ki Choice

Doctors' Choice is only a brand name or trademark and does not reflect its true nature. It does not represent any recommendations by medical practitioners. The images shown are for illustration purpose only and may not be exact representation of the products.

স্বাদের
উৎসবে
একটাই
চয়স



Also available at:



For trade enquiries, please contact 9007666333 or email us at dc@ediblegroup.in

তাকে নিজের নিজের মতো করে আবিষ্কার করেছে। এই যে পাহাড়ি নদী, পাথুরে বোরা- তাতে আজ জল আছে, কাল জল নেই। আজ মাছ আছে কাল মাছ নেই। তা বলে কি মাছের আকাঙ্ক্ষা ফুরিয়ে যাবে? বর্ষার দিনে কুচোমাছ অটেল। সেসব মাছ কি মানুষ একদিনে খেয়ে শেষ করতে পারে! কুটে বেছে রোদ্ধুরে মেলে দেওয়া মাছেরা শুকোয়। আর শুকোয় কালো কচুর শাক। খানিক খানিক জল মরে এলে আরও কিছু অনুষণে সেই শাক আর মাছ উদখুলে বেটে বড়ি দেয় মানুষেরা। অসময়ে সেই শিদল খাওয়া হবে। তবে, শিদল কি আর এক রকম! বড় বড় জালায় পুঁটি মাছ ভরে যে রেখে যে শিদল

উপমহাদেশে। তবে, এসব গন্ধের মধ্যে যাঁরা কেবল ছিন্নমূল চেতনা খুঁজে বেড়ান তাদের কথা বাদ দিই আজ। ঘটি-বাঙালের পুরনো লড়াইয়ের থেকেও এই শুকনো মাছের গন্ধ আরও পুরনো। সেই কবেকার কোন মণিপুর, কবেকার কোন ঝাড়খণ্ড থেকে ওড়িশা অন্ধ হয়ে কেবল ছুঁয়ে দেখি জলভারনত মেঘের মতো কত-না রান্নাঘরে শুকনো মাছের গন্ধ ছড়িয়ে পড়েছে সকাল-সন্ধ্যায়। সেসব গন্ধ পেরিয়ে আমি টিনের চালে উঠোনের রোদে থালা কুলো চাটাই খুঁজে ফিরি। ওসবেই তো লেখা আছে সঞ্চয়ের ইতিহাস। এ তো আর শিলালিপি নয়, এ হলো যাপনলিপি। সেই যাপনলিপি কত কী যে শিখিয়েছে! আমার



আম তেল

তৈরি হয় সে আরেকরকম। যে মানুষের ঘরে বর্ষার দিনে কিছু নাই সেও ওই শিদলের ঝাল দিয়ে দুই লকমা ভাত খেয়ে পাটি পেতে গড়িয়ে নিতে পারে। রোদ্ধুরে শুকানো মাছ একরকম আর ফার্মেন্টেড মাছ সে আরেকরকম। মানুষের স্বাদ বড় বালাই। সেখানে কার কাছে যে কে প্রিয় হয়ে ওঠে সে কথা বলা ভার। তেরছা কাটায় নোনা ইলিশের হাঁড়ি সেও একরকম। ইলিশের কালোজিরা ফোড়নের ঝালের চেয়ে সে ভারী অন্যরকম তাতে সন্দেহ নেই। আর হবে নাইবা কেন! কিন্তু সংরক্ষণের ইতিহাসে তাকে ভুললে চলবে কেন! গুঁটিকি শিদল থেকে শুরু করে নোনা ইলিশ - মাছ রান্নার এও এক ভিন্ন অধ্যায় এই

ঠাকুমা শিখিয়েছিলেন কেমন করে পলতা পাতা আর পাটপাতা শুকিয়ে রাখতে হয়। কেমন করে চালকুমড়োর বড়ি দিতে হয়। বানাতে হয় মরশুমি আচার। কুল আম জলপাই চালতা কতই না। সেসব দেখতে দেখতে বড় হয়েছে। আসলে বয়স বাড়তে বাড়তে বুঝেছি সঞ্চয়ের সম্ভাবনা অগণিত। মানুষের রান্নাঘর তাক অনন্ত রূপে খুঁজে পেয়েছে। তাই তো দেখি রুখুশুখু রাঢ় দেশের মায়ে পাকা কুল শুকিয়ে শুকিয়ে জমিয়ে রাখে। শুকনো কুলের গুঁড়ো জলে গুলে খায় যে শিশু সেও তো বাড়ন্ত বাচ্চা! গ্রাম ভারতের এসব পুরনো সমাচার। মা ঠাকুমারা ঝুড়ি ভরে ভরে মাঘ ফাল্গুনে কুল কুড়িয়ে



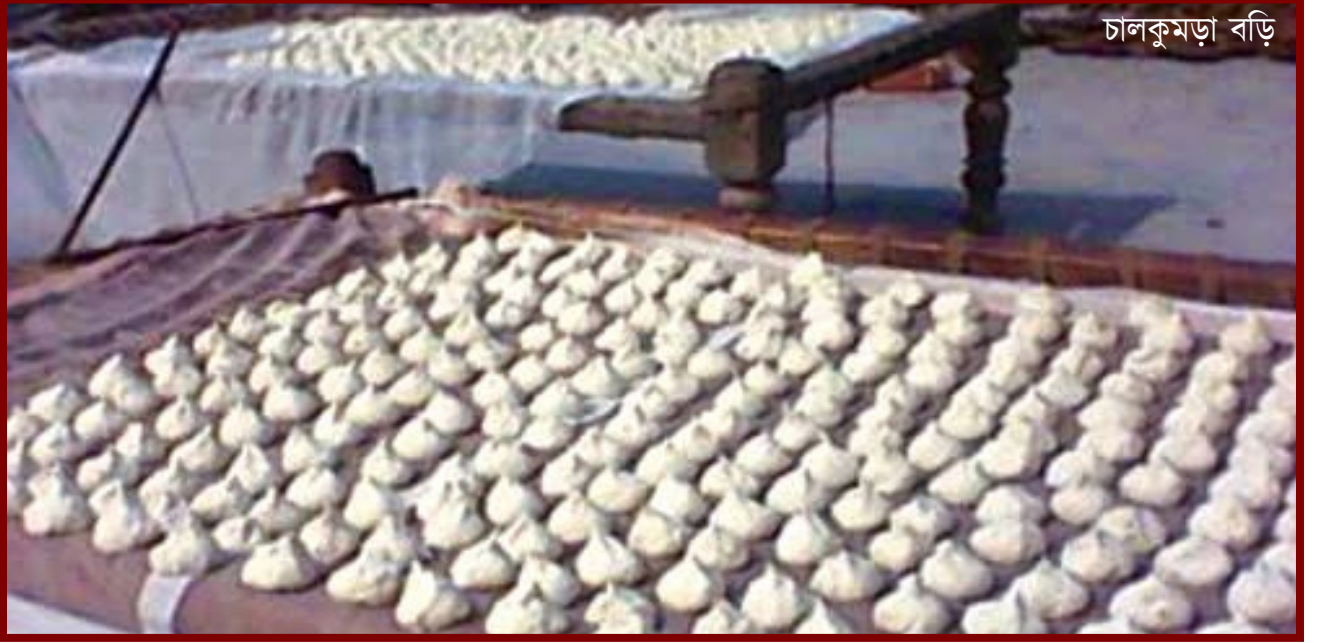
#PujaStyleSorted

MENSWEAR | WOMENSWEAR
KIDSWEAR | TEENSWEAR
SUITING SHIRTING | RUBIA
DRESS MATERIAL & BED SHEETS

Bhaskar *Sriniketan*

STORE ▶ BEHALA

+ (91)-89103 75304/89103 86709 www.bhaskarsriniketan.com [bhaskarsriniketanbehala](https://www.facebook.com/bhaskarsriniketanbehala)



রাখেন। সময়ে সময়ে কুড়িয়ে নেন মছয়া। শুকনো মছয়া ফুলের স্বাদ কি ভুলবার! সিদ্ধ ফুল বাটি ভরে খাও ক্যানো এমন ভাদ্র আশ্বিনে! চাইলে চালের সঙ্গে বেটে রুটি বানাও পিঠে বানাও। মছয়ায় কি কেবল নেশা হয়! পেটও ভরে। নেশার বাইরে কী বিরাট একটা সম্ভাবনা পড়ে আছে মছয়ায়, পড়ে আছে ওই,- গাছের তলা বিছিয়ে! দেশ গাঁয়ের লোক জানে এসব। সেই কবে থেকে। কত যে তার রকমফের, কত আর বলি। তার চেয়ে একেকদিন ইচ্ছে করে দেখতে, কেবলই দেখতে। আষাঢ়ের দিনে মাঠ বিছিয়ে কস্থা বা কাঁথা শাকের জাজিম যেন। কোঁচড় ভরে কুড়িয়ে নিচ্ছে মেয়েরা। খানিক খাবে খানিক শুকিয়ে রাখবে। অসময়ে ঘরে যদি চাল থাকে তবে এই ঢের। শুকনো সর্ষে শাক গুড়ো করে ফ্যান মিশিয়ে খায় যে মানুষ! তাকে আমি আপনি আর কেমন করে সঞ্চয়ের মানে শেখাব বলুন! সে নিজেরই চিনেছে খাদ্য খাবারের সমন্বয়যোগী চর্যাকে। কত প্রজন্মের অভিজ্ঞতার পলি এমন করে স্মৃতি আর শ্রুতির বিশ্ব গড়ে তুলেছে। সেই যাপনের ইতিহাসে কাঁঠালের বীজ থেকে শুরু করে তালের আঁটি কী নেই! রান্নাঘরের এই হলো দ্বিতীয় বাজার হাট। সেই কবে থেকে এই সংরক্ষণপটু জীবনের সাক্ষী থেকেছে মানুষ। সুখে-দুঃখে তাকে ভাগ করে নিয়েছে জীবনের বিচিত্র অধ্যায়ে। শহরে গ্রামে বন্দরে

সেও এক আশ্চর্য করা মন। জীবন থেকে উঠে আসা এসব কথকতাকে তখন ভালোবাসতে ইচ্ছে করে। পুরনো কলকাতার সেই দর্জিপাড়ায় মিত্রদের বাড়ি। আশ্বিনে আশ্বিনে দুর্গাপূজো হয়। দুর্গার নৈবেদ্যে তাঁরা সাজিয়ে দেন বছরের নানা ঋতুতে তৈরি করে রাখা বিবিধ আচার। রৌদ্রপক্ক সেসব বয়ম তাঁরা সযত্নে তুলে রাখেন। বছর ফুরিয়ে উমা'র আসার অপেক্ষায়। আঙুনে রান্না নয়, রোদুরে রান্না করা এও তো এক অসাধারণ নৈবেদ্য! আম কুল তেঁতুল চালতা কতই না তার ভিন্নতা। এসব ভাবনার মধ্যে সাংসারিক স্নেহকেই আমি খুঁজে পাই। যে মেয়ে আমের দিনে বাড়ি আসতে পারেনি, যে ছেলে ইলিশ ছাড়া ভাত খেতে চায় না তার জন্যে মায়ে আমসত্ত্ব দেয়, কচুর শাক দিয়ে নোনা ইলিশ রাঁধে। কুলোর ছাপ ওঠা আমসত্ত্বে অথবা ওই নোনাইলিশের গায়ে আসলে যে মিলেমিশে আছে সে হল একটা গেরস্ত মন। সেই মন প্রেম আর বাৎসল্যে ভরা। নারী-পুরুষ নির্বিশেষে সেই মন আসলে একখানা মাতৃহৃদয়। একে নিছক মেয়েলি সংলাপ বলে ভুল করাটা ঠিক হবে না। আদিম চাষাবাদের নেপথ্যে যেমন আছেন মেয়েরা, আমি যদি খুব ভুল না করি, এই অনন্ত সম্ভাবনাময় খাদ্য সংরক্ষণের নেপথ্যেও তাঁরাই। ভুট্টার গুঁড়ো বেড়ে বেছে পশ্চিমের দেশে যিনি পোলেস্তা রাঁধেন তিনিও সংসার চিন্তায় কাতর। রোদুরে ভুট্টা শুকিয়ে

শুকনো মছয়া ফুল



রাখার দিন কালে কালে ফুরিয়ে আসছে ঠিকই তবে একেবারে ফুরিয়েছে তাও তো নয়! ঝাড়খণ্ডের গ্রামে গ্রামে ঘুরলে দেখবেন - যেখানে পর্যাপ্ত জল নেই, যেখানে ধানের চাষ কম, মানুষ সেখানে ভুট্টার চাষে মন দিয়েছে। সেই ভুট্টা শুকিয়ে কুটে নিতে হবে। চালের ভাতের অভাব হলে ভুট্টার ভাত(সেদ্ধ) খাবে মানুষেরা। ইউরোপের পোলেস্তা আর আমাদের এই গাঁ-গেরামের ভুট্টার ভাত, কী অদ্ভুত এই পার্থিব চলন। জীবন আসলে প্রতিদিন অবাক করে দেয়। মানুষের এই যাপিত সভ্যতার চেয়ে অবাককরা আর কী আছে বলুন! চট্টগ্রামের কোয়াব যাঁরা খান বা খেয়েছেন তাঁরা জানেন, ফ্রিজ আবিষ্কারপূর্ব সে এক প্রাচীন কৌশল, মাংস সংরক্ষণের। উনুনের আঁচে আর রোদের তাপে শুকিয়ে রাখার সে এক ভারী অন্যরকম প্রক্রিয়া। আজকের ফুড প্রসেসিং ইন্ডাস্ট্রি সেও কি এক ফেলে আসা অধ্যায় নয়! মা ঠাকুমাদের সাজিয়ে তোলা সেও এক অ্যাকাডেমিক জার্নি। নুন-হলুদের হাত পুঁজি আর পণ্যের বাইরে দাঁড়িয়ে কবেই এসব শিখেছিল, শিখিয়েছিল। সেও এক ধরনের অর্থনীতি। সেও এক ধরনের ম্যানেজমেন্ট। আজ কেবল তাকে সামান্য আমসত্ত্ব আর কুলের আচার বলে ভুল করলে চলবে কেন! আলো আর অন্ধকারে ডুবে আছে যে অনন্ত সম্ভাবনা তাকে না হয় আরেকবার রোদ্দুরে মেলে দিই। স্মৃতির পলি আর সময়ের উড়ো ছাই সরিয়ে আরেকবার দেখিই না! কে যেন বলেছিলেন, যেখানে পাইবে ছাই...

হোটেল পুলিনপুরী (পুরী)



হোটেল নিউ সি-হক (পুরী)

SWARGADWAR, PURI-752001, ODISHA
Ph : (06752) 222 360, 220 700
Fax : (06752) 221 700
mail : hotelpulinpuri@yahoo.com
On line Booking : www.hotelpulinpuri.com



HOTEL
NEW
SEA
HAWK(PURI)

NEW MARINE DRIVE, SWARGADWAR,
PURI-752001 ODISHA
E-mail : hotelnewseahawk@yahoo.co.in
Ph. (06752) 231500, 231400 .Fax : 230268
On line Booking : www.hotelnewseahawk.com

Kolkata Booking : 48A, Dr, Sundari Mohan Avenue, 1st Floor
(Opp. Ladies Park) Kolkata -700 014
Ph. (033) 2289-7578,9007857627,9831289141

We Have No Connection With
Hotel Sea Hawk Digha

‘অন্ন’রকম: চালের পাঁচটি রান্না

পুজোর দিনের ভোগের খিচুড়ি অথবা বর্ষাকালে পাতলা খিচুড়ি, সর্দিজ্বরের বিষাদ মুখে ঘি ছড়ানো ফেনা ভাত অথবা সুগন্ধী চালের পোলাও... সঙ্গে অনেককিছু থাকতেই পারে, তবে বাঙালি বাড়িতে পাতে প্রথম পদ হিসেবে চালের অন্তত একটি পদ থাকা বাধ্যতামূলক। চালের একটু অন্যরকম পাঁচটি রেসিপি নিয়ে এবারের সংকলন। সাবেকিয়ানা আর ঐতিহ্যের মেলবন্ধনে রন্ধন বিশেষজ্ঞ শুভজিৎ ভট্টাচার্য।



শুভজিৎ ভট্টাচার্য



জুঁই ফুলের পোলাও

কী কী লাগবে

৩-৪টি জুঁই ফুলের মালা, চার টেবিল চামচ কেশর মিশ্রিত দুধ, এক চামচ মৌরি, এক চামচ গোটা ধনে, চার থেকে পাঁচটি ছোট এলাচ, দুটি বড় এলাচের দানা, ছয় থেকে সাতটি ফুল ফেলা লবঙ্গ, দুই ইঞ্চি দারচিনি, ২০০ গ্রাম গোবিন্দভোগ চাল, পেস্তাকুচি, একমুঠো কিশমিশ, এক চামচ সা মরিচ, এক চামচ সা জিরা, এক চামচ কাবাব চিনি, দু টেবিল চামচ চিনি, স্বাদ অনুযায়ী নুন, ঘি

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে আখনির জল তৈরি করতে হবে। তার জন্য প্রথমে একটি মলমল কাপড়ে গোটা ধনে, গোটা জিरे, সা মরিচ, সা জিरे, দারচিনি, ছোট এলাচ, ফুল ফেলা লবঙ্গ, মৌরি, বড় এলাচের দানা সব পুঁটলি বেঁধে নিন। জলে এই মশলার পুঁটলি দিয়ে জ্বাল দিন ১৫ মিনিট। পুঁটলি তুলে জল আলাদা করে রাখুন। অন্য একটি কড়াইতে ঘি গরম করে কাজুবাদাম কিশমিশ পেস্তাকুচি ভেজে তুলে রাখুন। গোবিন্দভোগ চাল দিয়ে কিছু সময় নেড়ে চেড়ে আকনির জল দিয়ে উঠতে দিন। ১৫ থেকে ২০ মিনিট পর আঁচ কমিয়ে ঢেকে রান্না হতে দিন। চাল সিদ্ধ হলে নুন, কেশর ভেজানো দুধ, ভাজা বাদাম আর চিনি মিশিয়ে ঢেকে ৫ মিনিট রান্না করুন। পোলাও সমান করে ওপরে ছড়িয়ে দিন ৪-৫টি জুঁই ফুলের মালা। দেখে রান্না করুন আরও ১০ মিনিট। হয়ে গেলে পরিবেশন করুন অনবদ্য স্বাদের এই জুঁই ফুলের পোলাও।



Cooking Oil



পুজোর স্বাদে
একটাই চয়েস



Dil Ki Choice



Doctors' Choice is only a brand name or trademark and does not represent its true nature.

Also available at :



bigbasket

spencer's

Makes fine living affordable

METRO

Cash & Carry

For trade enquiries, please contact **9007666333**
or email us at **dc@ediblegroup.in**



মুর্গ সফেদ পোলাও

কী কী লাগবে

মুরগির ছ'টি পায়ের টুকরো, বাসমতী চাল ৩৫০ গ্রাম, রসুনবাটা দেড় চা-চামচ, আদাবাটা দেড় চা-চামচ, পেঁয়াজকুচি, ঘি, টকদই ১৫০ গ্রাম, ৬ থেকে ৭টি ছোট এলাচ, লঙ্কার গুঁড়ো দেড় চা-চামচ, কেওড়া জল, গরমমশলাগুঁড়ো, স্বাদ অনুযায়ী নুন, তিন থেকে চারটি তেজপাতা, জায়ফলগুঁড়ো, সাদা তেল

কীভাবে বানাবেন

একটি পাত্রে মুরগির মাংস, টকদই, লঙ্কাগুঁড়ো, আদাবাটা, রসুনবাটা, নুন একসঙ্গে মেখে রাখুন ২-৩ ঘণ্টা। সাদা তেল গরম করে পেঁয়াজ ভেজে বেরেস্তা করে তুলে রাখুন। ওই তেলে ম্যারিনেট করা মাংস লাল করে ভেজে নিন। বাটি ধোয়া জল দিয়ে রান্না করে মাংস সিদ্ধ হলে নামিয়ে নিন। অন্য একটি কড়াইতে জল গরম করে তাতে তেজপাতা, ছোট এলাচ, নুন, কেওড়া জল দিয়ে ফুটতে দিন। চাল দিয়ে ফুটতে দিন। অল্প শক্ত থাকতে জল ঝরিয়ে নিন। অন্য একটি কড়াইতে অল্প ঘি দিয়ে ৩ ভাগের ১ ভাগ ভাত ছড়িয়ে দিন। ওপরে দিন অর্ধেক পরিমাণ মাংস, বোল, বেরেস্তা, কেওড়া জল, গরমমশলাগুঁড়ো, জায়ফলগুঁড়ো। আবার কিছুটা ভাত সমানভাবে ছড়িয়ে একই পদ্ধতিতে মাংস, বোল ও মশলা ছড়িয়ে দিন। একদম ওপরে ছড়িয়ে দিন বাকি ভাত, ঘি এবং বেরেস্তা। ঢেকে নিভু আঁচে রান্না করুন ২০ মিনিট। আঁচ নিভিয়ে আলতো হাতে মিশিয়ে নিলেই তৈরি।



চিকেন পিশ প্যাশ

কী কী লাগবে

মুরগির মাংস ৩৫০ থেকে ৪০০ গ্রাম, গোবিন্দভোগ চাল ২০০ গ্রাম, মাখন দেড় টেবিল চামচ, চাকা করে কাটা আদা ৮ থেকে ১০ টুকরো, ৩টি তেজপাতা, গোটা গোলমরিচ এক চা-চামচ, ২ ইঞ্চি দারচিনি, স্বাদ অনুযায়ী নুন, চিনি, এক টেবিল চামচ মিহি করে কুচানো পেঁয়াজ

কীভাবে বানাবেন

মাংস জলে সিদ্ধ করে তুলে রাখুন। মাংস সিদ্ধ হওয়া জলে আরও কিছুটা জল ধুয়ে রাখা গোবিন্দভোগ চাল দিয়ে দশ মিনিট রান্না হতে দিন। সাত থেকে আট মিনিট পর ওর মধ্যে পেঁয়াজকুচি, আদার স্লাইস, দারচিনি, গোলমরিচ, তেজপাতা আর নুন দিন। ভালো করে সব মিশিয়ে হাতা দিয়ে ঘেঁটে দিন। জল শুকিয়ে এলে সিদ্ধ করা মুরগি, চিনি আর মাখন মিশিয়ে দু থেকে তিন মিনিট রান্না করে নামিয়ে নিন।



মালাই ফেনা ভাত

কী কী লাগবে

২০০ গ্রাম গোবিন্দভোগ চাল, এক কাপ পেঁয়াজকুচি, নারিকেলকোরা, ঘি এক চামচ, গোটা পাঁচেক মাথা চেরা কাঁচালঙ্কা, এক টেবিল চামচ আদাকুচি, স্বাদ অনুযায়ী নুন, আড়াই টেবিল চামচ চিনি, দুকাপ নারিকেলের দুধ

কীভাবে বানাবেন

৫০০ গ্রাম জল গরম বসান। জল ফুটে উঠলে গোবিন্দভোগ চাল দিন। সাত থেকে আট মিনিট পর মাথা চেরা কাঁচালঙ্কা, পেঁয়াজকুচি, আদাকুচি, নুন দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে রান্নাটি হতে দিন মিনিট পাঁচেক। ভালো করে মিশিয়ে নিয়ে এতে দিন নারিকেলের দুধ আর চিনি। কিছুটা ঘি দিয়ে দু-তিন মিনিট রান্না করুন। এবার ওপরে নারিকেলকোরা ছড়িয়ে পরিবেশন করুন মালাই ফেনা ভাত।



১২৫ বছর ধরে
আপনার পূজাপার্বণের সাথে

কাঁসা ও পিতলের বাসনপত্র

গৃহ পূজন সামগ্রী

বিবাহ সামগ্রী

রান্নার বাসনপত্র



বগলা চরণ কুণ্ডু

----- ঐতিহ্য ও আধুনিকতার মেলবন্ধন -----

Shyambazar Five Point

1 R.G.KAR ROAD, Kolkata, West Bengal 700004

WE HAVE NO BRANCH



7980603470

www.bagalacharankundu.com

WHOLESALE & CORPORATE ORDERS : 8910369560



ভাতের কোফতা

কী কী লাগবে

২০০ গ্রাম গোবিন্দভোগ চালের ভাত, চার থেকে পাঁচটি ছোট এলাচ, দেড় ইঞ্চি দারচিনি, চার থেকে পাঁচটি লবঙ্গ, এক টুকরো ছোট জায়ফল, স্বাদ অনুযায়ী নুন, অল্প দুধে ভেজানো কেশর, লঙ্কার গুঁড়ো, ময়দা, ঘি, খোয়া ক্ষীর, কিশমিশ, সুজি, আধ চা-চামচ আদাবাটা, সাদা তেল

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে কড়াইতে ঘি গরম করে কিশমিশ ভেজে তুলে নিন। ওই ঘিয়ে ভেজে তুলুন খোয়া ক্ষীর। গ্রাইন্ডারে ছোট ছোট এলাচ, দারচিনি, লবঙ্গ জায়ফল অল্প জল দিয়ে বেটে নিন। এবার এতে দিয়ে দিন ভাত দুধে ভেজানো কেশর লঙ্কাগুঁড়ো, নুন এবং অল্প জল। ভালো করে বেটে একটি পাত্রে ঢেলে নিন। অন্য একটি পাত্রে দই আদাবাটা, লঙ্কাগুঁড়ো আর নুন মিশিয়ে নিন। একটি ছড়ানো থালায় ময়দা ছড়িয়ে রাখুন। অন্য একটি থালায় ছড়িয়ে রাখুন সুজি। বেটে রাখা মিশ্রণে খোয়া ক্ষীর মিশিয়ে নিন। হাতে ঘি মেখে মিশ্রণটি অল্প করে নিয়ে ছোট ছোট বলের মতো বানিয়ে নিন। তার মাঝখানে পুরে দিন একটি করে ভাজা কিশমিশ। ময়দার মধ্যে গড়িয়ে বলটি ডুবিয়ে নিন দইয়ের মিশ্রণে। ভালো করে চারিপাশে সুজি মাথিয়ে হাতে করে গোল বলের মতো করে গড়ে নিন। সাদা তেল আর ঘি মিশিয়ে গরম করে ভাতের কোণ্ডালো সোনালি করে ভেজে তুলে নিন। গরম গরম পরিবেশন করুন ভাতের কোফতা।

‘অন্নই পরম ব্রহ্ম, অন্নই ঈশ্বর’

অন্নকূটের আয়োজনে সুস্মিতা মিত্র



‘অন্নের পাহাড়’, ‘অন্নকূট’, বিগ্রহের সামনে নিবেদিত ভোগ বিলিয়ে দেওয়া হচ্ছে হাজার হাজার ভক্তদের মধ্যে। হিন্দু ধর্মে, অতিথি মানেই নারায়ণ। কত ভাগ্য করলে বাড়িতে অতিথি আসে। আমাদের শিক্ষা-সংস্কৃতি এই যে, বাড়িতে কেউ এলে আমরা তাকে খালি হাতে ফেরাই না। ভিক্ষাপ্রার্থী সেও দরিদ্র রূপে স্বয়ং নারায়ণ। সাধ্যমতো তার সেবা, এটাই আসলে ঈশ্বরের সেবা। নরনারায়ণ সেবা। ‘ভক্তের ভগবান’ নাকি ‘ভগবানের ভক্ত’ এই ভাবনাকে নিয়েই অন্নকূট। শ্রীকৃষ্ণ ব্রজবাসীকে রক্ষা করতে হাতে তুলে নিয়েছিলেন গিরি গোবর্ধন আর ব্রজবাসীরা তাঁদের প্রিয় নন্দলালা অভুক্ত থাকবেন এই চিন্তায় এত খাবার জড়ো করেছিলেন যে তার আকার হয়েছিল পাহাড়সম। এমনই এক অপূর্ব গাথাকে মনে রাখতে প্রতি বছর আয়োজন করা হয় অন্নকূট মহোৎসবের। দুবেলা দুমুঠো জোটে না এমন কত মানুষ পেটপুরে খেতে পান, এখানেই স্বার্থকতা। ভক্তের খুশিতেই ভগবান তুষ্ট। অন্নকূট মহোৎসবের মূলমন্ত্র তো এটাই।

রান্নাবান্না



‘সর্ব ধর্মান পরিত্যাজ মা মে কং স্মরণং ভজ ।’

-একথার আলোকে হেমস্তের ঠিক মাঝামাঝি কার্তিক মাসে ব্রজবাসীরা এক বিশেষ অনুষ্ঠানের অয়োজন করেন, যা গিরি গোবর্ধন পূজা ও অন্নকূট মহোৎসব নামে খ্যাত। হিসেবমতো কার্তিক মাসের শুক্লপক্ষের প্রতিপদ তিথিতে অর্থাৎ দীপাবলির পরের দিন এই উৎসব পালিত হয়।

অন্নকূট কী?

‘অন্নকূট’ অর্থাৎ অন্নের পাহাড়। একাধিক অন্ন অথবা

শস্যের মিশ্রণই হল অন্নকূট। চালের বিভিন্ন রকম পদ, ডাল, সবজি, মিষ্টান্ন একসঙ্গে সাজিয়ে এমনভাবে পরিবেশন করা হয়, দেখে মনে হবে যেন বিশাল এক পাহাড়। নিয়ম অনুযায়ী, অন্নকূটের প্রসাদ পৃথক পৃথক বিতরণ করা হয় না। বরং সমস্ত প্রসাদ একসঙ্গে মিশিয়ে সকলকে বিতরণ করতে হয়।

কেন পালন করা হয় অন্নকূট উৎসব?

পৌরাণিক কাহিনি অনুযায়ী, ব্রজবাসীরা দেবরাজ ইন্দের পূজো করতেন। সে প্রসঙ্গে নন্দ মহারাজ বলেন, “বৈশ্য গোপ জাতি। কৃষি এবং গোপালন



Dil Ki Choice

Doctors' Choice is only a brand name or trademark and does not reflect its true nature. It does not represent any recommendations by medical practitioners. The images shown are for illustration purpose only and may not be exact representation of the products.

স্বাদের
উৎসবে
একটাই
চয়েস



Also available at:



For trade enquiries, please contact 9007666333 or email us at dc@ediblegroup.in

PIONEER IN BENGAL COTTON HANDLOOM SAREES

TANGAIL
BALUCHORI
DHONIAKHALI
SHANTIPURI
LILEN
MOTKA
BHAGALPURI
KOTKI
KANTHA
PRINT
BAHA



WHOLESELLER
ENQUIRY
033 22729030

Biswambhar Nag Das & Co:
67, Burtolla Street, Burrabazar, Kolkata 700007



আমাদের জীবিকা। গোপালনের জন্য আমাদের ঘাসের প্রয়োজন। চাষের জন্য বৃষ্টি চাই। আর ইন্দ্র হলেন বৃষ্টির দেবতা। তাই আমরা দেবরাজ ইন্দ্রের পূজা করি।”

তখন শ্রীকৃষ্ণ বলেন, “সমুদ্রের মাঝেও বৃষ্টি হয়। সেখানে কেউ ইন্দ্র পূজা করেন না। আমাদের জীবিকা গোপালন। গাভী বর্ধনের জন্য আমরা গিরি গোবর্ধনের কাছে ঋণী। ইন্দ্রের কাছে নয়। চলো আমরা গিরি গোবর্ধনের পূজা করি।”

এতে ক্ষুব্ধ হন দেবরাজ ইন্দ্র। শুরু হয় প্রবল বর্ষণ। তখন শ্রীকৃষ্ণ গিরি গোবর্ধনকে নিজের কড়ে আঙুলে তুলে ধরেন, তার নীচে আশ্রয় পান ব্রজবাসী। এবং ইন্দ্রের ভয়ংকর বজ্রের আঘাত নিজ অঙ্গে ধারণ করেন গোবর্ধন। মোট সাতদিন এইভাবে গিরি গোবর্ধনকে নিজের বামহাতের কড়ে আঙুলে তুলে রেখেছিলেন শ্রীকৃষ্ণ। তাই তিনি গিরিধারী। এই সাতদিন ধরে নন্দরাজ গিরি গোবর্ধনের পূজা করতে থাকেন এবং প্রতিদিন অষ্টভোগের (প্রতি প্রহরে একটি করে ভোগ। সেই অনুযায়ী অষ্টপ্রহর অর্থাৎ একদিনে অষ্টভোগ) হিসাবে ৭x৮= মোট ৫৬ রকম ভোগ নিবেদন করেন তাঁকে। যাতে অন্নসহ ছিল

নানাবিধ পদ। যদিও পাহাড় দেবতায় রূপান্তরিত কখনওই হননি। বিভিন্ন শাস্ত্রে বর্ণিত, স্বয়ং গিরিধারী কৃষ্ণই গোবর্ধনের রূপ ধারণ করে এই ভোগ গ্রহণ করেছিলেন।

এই বিশ্বাস থেকেই প্রতিবছর কার্তিক মাসের শুক্লা প্রতিপদ তিথিতে শ্রীকৃষ্ণ পূজিত হন গোবর্ধনরূপে। তাঁকে ৫৬ রকম ভোগ নিবেদন করে ‘অন্নকূট’ মহোৎসব পালন করা হয়। নীলাচলের জগন্নাথদেবকে বলা হয়, অচল ব্রহ্ম। তিনি অবশ্য রোজই এই ৫৬ প্রকার ভোগ পেয়ে থাকেন।

ঈশ্বর পরমব্রহ্ম। ঈশ্বরের প্রকাশ সর্ব জীবে, সর্বত্র। এই ভাবনাকে মাথায় রেখে দেশের অন্যান্য মন্দিরেও অন্নকূট মহোৎসবের আয়োজন করা হয়।

ব্যারাকপুর অন্নপূর্ণা মন্দির:

রানি রাসমণির কন্যা জগদম্বা ১৮৭৫-এ ব্যারাকপুর তালপুকুরে অন্নপূর্ণা মন্দির প্রতিষ্ঠা করেন। ওই মন্দিরে অন্নকূট উৎসব হয় অন্নপূর্ণাপূজার দিনে। ওইদিন সকালে মূল পূজা, কুমারীপূজা ও হোমের পরে হয় অন্নকূট। একুশ কিলোগ্রাম চালের ভাত-সহ ৫১ রকম পদ দেওয়া হয় ভোগ হিসেবে।

রান্নাবান্না



শ্যামপুকুর বলরাম ঘোষ স্ট্রিটের ভট্টাচার্য বাড়ি:

শ্যামপুকুরের বলরাম ঘোষ স্ট্রিটের বাড়িতে
অন্নপূর্ণা মূর্তি ও শ্রীধর (শালগ্রাম শিলা) স্থাপন
করেন ভূপতি ভট্টাচার্য। এ বাড়িতে অন্নকূট উৎসবে
১১৫ রকম রান্না করা পদ ও ১২০ রকম মিষ্টান্ন
ভোগ দেওয়া হয়। এ বাড়ির অন্নকূটের বিশেষত্ব
হল, এখানে কোনওরকম জাতিভেদ মানা হয় না।
যে-কোনও বর্ণের মানুষ এসে ভোগ রান্না করতে
পারেন।

বাগবাজার নববৃন্দাবন মন্দির:

বাগবাজার নববৃন্দাবন মন্দিরেও পালিত হয়
অন্নকূট মহোৎসব। কডুই পরিবার প্রতিষ্ঠিত এই
মন্দিরের অন্নকূটের এবছর ৮৪ তম বর্ষ। মোটামুটি
৩০০ রকমের ভোগ নিবেদন করা হয় এখানে।
শ্রীকৃষ্ণ স্বয়ং এখানে অবস্থান করেন ভাতের চূড়ার
উপরে।

হোটেল পুলিনপুরী (পুরী)



SWARGADWAR, PURI-752001, ODISHA
Ph : (06752) 222 360, 220 700
Fax : (06752) 221 700
mail : hotelpulinpuri@yahoo.com
On line Booking : www.hotelpulinpuri.com

Hotel
Pulin Puri (Puri)

HOTEL
NEW
SEA
HAWK(PURI)

Kolkata Booking : 48A, Dr, Sundari Mohan Avenue, 1st Floor
(Opp. Ladies Park) Kolkata -700 014
Ph. (033) 2289-7578,9007857627,9831289141

হোটেল নিউ সি-হক (পুরী)

NEW MARINE DRIVE, SWARGADWAR,
PURI-752001 ODISHA
E-mail : hotelnewseahawk@yahoo.co.in
Ph. (06752) 231500, 231400 .Fax : 230268
On line Booking : www.hotelnewseahawk.com

We Have No Connection With
Hotel Sea Hawk Digha



রান্নাগঞ্জ বাজার বারোয়ারি পূজো উৎসব ও সেবা সমিতি:

মোটা মুটিভাবে ৪১ বছর ধরে এখানে অন্নকূট উৎসব পালন হয়ে আসছে। ৫২ রকম ভোগ দেওয়া হয় এই পূজোয়। ২৫-৩০ প্রকারের ভাজা, পোলাও, ভাত, চাটনি, পায়েস এবং নানারকম মিষ্টি থাকে ভোগে।

মদনমোহনতলার মদনমোহন ঠাকুরবাড়ি:

১৭৬১-তে গোকুলচন্দ্র মিত্র তাঁর এক বিঘারও বেশি জায়গা নিয়ে তৈরি বাড়ির দোতলায় কুলদেবতা 'মদনমোহন'-এর জন্য 'দরবার কক্ষ' তৈরি করেন। একতলায় তৈরি করেন ঠাকুরদালান ও নাটমন্দির।

কার্তিক মাসের শুক্লা-প্রতিপদ তিথিতে নাটমন্দিরে অনুষ্ঠিত হয় অন্নকূট উৎসব। প্রায় ৪০০ কিলোগ্রাম চালের ভাত-সহ ১৫৭ রকম পদ তৈরি হয়। পূজো-শেষে ভক্তদের মধ্যে বিলিয়ে দেওয়া হয় ওই অন্নভোগ।

সোনারপুর কালী শিবগুরু মঠ:

সোনারপুর খড়িগাছি অঞ্চলের কালী শিবগুরু মঠে অনুষ্ঠিত হয় অন্নকূট উৎসব। উৎসবের দিন পিতলের পরাতে প্রায় আড়াই মন চালের ভাত দেওয়া হয় ভোগ হিসেবে। চুড়ো করে সাজানো ভাতের গায়ে সবজি দিয়ে কালীর মুখ আঁকা হয়। সঙ্গে থাকে ১৫৫ রকমের নিরামিষ পদ।

ছবিঃ স্বাগত সাহা



মৌসুমী দাস

আলোর উৎসব এবং মিষ্টি

বিজয়া, কোজাগরী শেষে মনখারাপ হলেও ভরসা এই মা আসছেন অন্যরূপে। কালো রূপে ঘর আলো করতে আসছেন শ্যামা মা। আর সেই আলোর উৎসবে একটু মিষ্টিমুখ হবে না তা কি হয়? পুজোর প্রসাদ হোক কি অতিথি আপ্যায়ন, এইরকম বাড়িতে বানানো মিষ্টি রাখতেই পারেন। এমনই ১০টি ঘরোয়া অথচ অভিনব মিষ্টির রেসিপি রইল। দিলেন মৌসুমী দাস



আম ভাপা সন্দেশ

কী কী লাগবে

১ কাপ ফুল ফ্যাট দুধের ছানা, ১ কাপ টুকরো করা পাকা আম, ১/৪ কাপ চিনি, ১ কাপ গুঁড়ো দুধ, ১/৪ চা-চামচ ছোট এলাচগুঁড়ো, ঘি, জাফরান, ১০-১২টি কিশমিশকুচি

কীভাবে বানাবেন

একটি মিক্সিং জারে ছানা, চিনি, এলাচগুঁড়ো ও গুঁড়ো দুধ দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে নিন। এবার টুকরো করা আম দিয়ে আবার ভালো করে মিশিয়ে নিন। তারপর একটি টিফিন বক্সে ভালো করে ঘি লাগিয়ে মিশ্রণটি ঢেলে দিন। ওপর থেকে কিশমিশকুচি ও জাফরান দিয়ে বক্সের ঢাকা বন্ধ করে দিন। এবার একটি প্রেসার কুকারে দুকাপ জল দিয়ে তার মধ্যে একটি কুলুঙ্গি বসিয়ে বক্সটি উপর থেকে বসিয়ে দিন এবং সিটি খুলে কুকারের ঢাকা বন্ধ করে দিন। মাঝারি আঁচে রাখুন।

১৫ মিনিট পর ঢাকা খুলে দেখে নিন, যদি পর্যাপ্ত জল না-থাকে তাহলে আরও এক কাপ জল দিয়ে আরও ১৫ মিনিট ওই একইভাবে রাখুন।

৩০ মিনিট হয়ে গেলে টিফিন বক্সটি কুকার থেকে বার করে ঘরের তাপমাত্রায় রেখে ঠান্ডা হতে দিন। ঠান্ডা হয়ে গেলে হিমঘরে ২ থেকে ৩ ঘণ্টার জন্য রাখুন।

হিমঘর থেকে বার করে ছুরির সাহায্যে সাবধানে ধারগুলো বক্স থেকে আলাদা করে একটি থালায় রাখুন। পছন্দমতো আকারে কেটে ঠান্ডা ঠান্ডা পরিবেশন করুন।

Purely
Homecooked
(not Homelike)

Thalis

Veg Thali

Chicken Thali

Fish Thali

Mutton Thali



Starting from

99/-

only*

#MaaKaHaatKaKhana



ORDER NOW

CALL US AT
6289961646 or 6289909399

VISIT US AT
www.nanighar.com

 KOLKATA
 GURGAON
 DELHI

FOLLOW US ON
   

DOWNLOAD OUR APP FROM
 



চকোলেট সন্দেশ

কী কী লাগবে

১/২ লিটার ফুল ফ্যাট দুধ, ১টি পাতিলেবুর রস, ৩ চা-চামচ চিনি, ৩ চা-চামচ পেস্তাকুচি, পরিমাণমতো ঘি, ৩/৪ কাপ ক্যাডবেরিকুচি, ৭৫ গ্রাম গুঁড়ো দুধ

কীভাবে বানাবেন

দুধ জ্বাল দিন। ফুটে উঠলে আঁচ কমিয়ে দুধে লেবুর রস দিয়ে দিন। আস্তে আস্তে নাড়ুন। দুধ পুরোপুরি কেটে ছানা হয়ে গেলে ছাকনির উপরে পরিষ্কার কাপড় রেখে ছেকে, ঠান্ডা জল দিয়ে ভাল করে ধুয়ে আবার ছেকে নিন। অন্তত ৩০ মিনিট এই অবস্থায়ই ঝুলিয়ে রাখুন। অতিরিক্ত জল ঝরে যাবে।

এবারে ছানা প্লেটে নিয়ে হাতের সাহায্যে আলতোভাবে ও সাবধানে মাখতে হবে। ছানা মোলায়েম হয়ে এলে এটা থেকে তেলের মতো দেখা দিলে ছানা তৈরি। চিনি গুঁড়ো করে নিন। একটা ননস্টিক কড়াইতে ক্যাডবেরি দিন। গলে গেলে তাতে ছানা দিন। এর মধ্যে গুঁড়ো চিনি ও গুঁড়ো দুধ দিন। আঁচ একেবারে কমিয়ে রাখতে হবে। চিনি, গুঁড়ো দুধ ও ছানা ভালোভাবে মিশিয়ে আবার ছানার ঘনত্ব এলে ২ চা-চামচ পেস্তাকুচি দিয়ে নামিয়ে নিন। হাতে একটু ঘি নিয়ে সমানভাবে ছোট ছোট বলের আকারে কেটে নিন।

এবার পছন্দসই সন্দেশের ছাঁচে অল্প ঘি মাখিয়ে চকোলেট ও ছানার বলগুলো দিয়ে সন্দেশ গড়ে উপর থেকে বাকি পেস্তাকুচি ছড়িয়ে পরিবেশন করুন।



মতিচুর ও শুকনো ফলের কাস্টার্ড

কী কী লাগবে

১/২ লিটার দুধ, ২ টেবিল চামচ ভ্যানিলা কাস্টার্ড পাউডার, ৩টি মতিচুরের লাড্ডু, ১.৫ চা-চামচ খেজুরকুচি, ১.৫ চা-চামচ কাজুকুচি, ১.৫ চা-চামচ কিশমিশকুচি, ৩ চা-চামচ চিনি

কীভাবে বানাবেন

দুধ জ্বাল দিয়ে আধ কাপ দুধ সরিয়ে ঠান্ডা করে রাখুন। ঠান্ডা আধ কাপ দুধে কাস্টার্ড পাউডার দিয়ে মিশিয়ে নিন। দুধ আবার জ্বালে বসান। চিনি দিন। ফুটে উঠলে আঁচ টিমে করে অল্প অল্প করে কাস্টার্ডের মিশ্রণটা দিতে থাকুন। পুরো মিশ্রণ দেওয়া হয়ে গেলে ২-৩ মিনিট নাড়তে থাকুন। তারপর দুটি মতিচুরের লাড্ডু ভেঙে গুঁড়ো করে দিয়ে দিন। ১ চা-চামচ করে শুকনো ফলের কুচি দিয়ে ভালো করে নেড়ে ঘন করে বাটিতে ঢেলে নিন। ওপর থেকে বাকি শুকনো ফলের কুচি ও মতিচুর লাড্ডুর গুঁড়ো ছড়িয়ে ইচ্ছামতো সাজিয়ে পরিবেশন করুন।



ছানার পুর ভরা ক্যাডবেরি সন্দেশ

কী কী লাগবে

১ লিটার টোনড দুধ, ২টি পাতিলেবুর রস, ১৫০ গ্রাম গুঁড়ো দুধ, ৬ চা-চামচ চিনি, ১/৩ চা-চামচ ছোট এলাচগুঁড়ো, ১.৫ চা-চামচ কিশমিশকুচি, ৩ টেবিল চামচ পেস্তাকুচি, কয়েকটা গোলাপ ফুলের পাপড়ি, সামান্য ঘি, ১.৫ কাপ ক্যাডবেরিকুচি

কীভাবে বানাবেন

দুধ জ্বাল দিয়ে ৩-৪ টেবিল চামচ সরিয়ে রাখুন।

আঁচ টিমে করে বাকি দুধে লেবুর রস দিয়ে দিন। আস্তে আস্তে নাড়ুন। দুধ পুরোপুরি কেটে ছানা হয়ে গেলে ছাকনির উপরে পরিস্কার কাপড় রেখে ছেকে, ঠান্ডা জল দিয়ে ভাল করে ধুয়ে আবার ছেকে নিন। অন্তত ৩০ মিনিট এই অবস্থায়ই ঝুলিয়ে রাখুন। অতিরিক্ত জল ঝরে যাবে।

এবারে ছানা প্লেটে নিয়ে হাতের সাহায্যে আলতোভাবে ও সাবধানে মাখতে হবে। ছানা মোলায়েম হয়ে এলে এটা থেকে তেলের মতো দেখা দিলে ছানা তৈরি।

চিনি গুঁড়ো করে নিন।

একটা ননস্টিক কড়াইতে ১/৩ ভাগ ছানা দিন। এর মধ্যে ৩ চা-চামচ গুঁড়ো চিনি ও ২ চা-চামচ গুঁড়ো দুধ দিন। আঁচ একেবারে কমিয়ে রাখতে হবে। চিনি, গুঁড়ো দুধ ও ছানা ভালোভাবে মিশিয়ে আবার ছানার ঘনত্বে এলে কিশমিশ ও ছোট এলাচগুঁড়ো দিয়ে নামিয়ে নিন। হাতে একটু ঘি নিয়ে ছোট ছোট বলের আকারে গড়ে সরিয়ে রাখুন।

একটা ননস্টিক কড়াইতে ক্যাডবেরি ও সরিয়ে রাখা দুধ নিন। ক্যাডবেরি গলে সসের মতো ঘনত্ব হলে আধ কাপ সরিয়ে রাখুন।

বাকি সসের মধ্যে বাকি ছানাটা দিয়ে দিন। বাকি গুঁড়ো চিনি ও গুঁড়ো দুধ দিন। আঁচ একেবারে কমিয়ে রাখতে হবে। সবকিছু ভালোভাবে মিশিয়ে আবার ছানার ঘনত্বে এলে পেস্তাকুচি দিয়ে নামিয়ে নিন।

এবার এর থেকে আগের ছানার বলের থেকে দ্বিগুণ আকারের লেচি কাটুন। হাতে একটু ঘি নিয়ে লেচিগুলো বড় করুন।

অনেকটা লুচির মতো। ভিতরে আধ চা চামচ চকোলেট সস দিয়ে ছানার বলগুলো দিয়ে দিন। মুখ বন্ধ করুন। অনেকটা কচুরির পুর ভরার মতো। হাতে আবার একটু ঘি নিয়ে গোল আকারে গড়ে ওপর থেকে চকোলেট সস আর গোলাপ পাপড়ি কুচি দিয়ে পরিবেশন করুন।



লাউ ও বুরো ছানার পায়েস

কী কী লাগবে

লাউ ৩০০ গ্রাম, ফুল ফ্যাট দুধ ১ লিটার, মিল্কমেড ৩-৪ টেবিল চামচ, চিনি ৭৫ গ্রাম, ঘি দেড় টেবিল চামচ, কাজুবাদামকুচি ৩ চা-চামচ, কিশমিশকুচি ৩ চা-চামচ, পেস্তাকুচি ২ চা-চামচ, ছোটো এলাচ ৪টি, তেজপাতা ২টি, ১টি বড় পাতিলেবুর রস, গোটা কাজু ৩-৪ টি, গোটা কিশমিশ ৩-৪টি, পেস্তাকুচি ১ চা-চামচ, গোলাপের শুকনো পাপড়ি ৬-৭টি

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে লাউয়ের খোসা ছাড়িয়ে বিচিসহ অংশটুকু বাদ দিয়ে খুব মিহি করে কুচিয়ে নিন। ভালো করে লাউ থেকে জল বের করে নিতে হবে। বুরো ছানার জন্য ৫০০ মিলি দুধ জ্বাল দিয়ে ফুটে উঠলে আঁচ টিমে করে লেবুর রস দিয়ে দিন। আস্তে আস্তে নাড়ুন। দুধ পুরোপুরি কেটে ছানা হয়ে গেলে ছাকনির উপরে পরিষ্কার কাপড় রেখে ছেকে, ঠান্ডা জল দিয়ে ভাল করে ধুয়ে আবার ছেকে নিন। অন্তত ৩০ মিনিট এই অবস্থায়ই ঝুলিয়ে রাখুন। অতিরিক্ত জল ঝরে যাবে। বাকি ৫০০ মিলি দুধ জ্বাল দিয়ে ভালো করে ফুটিয়ে ঘন করে নিতে হবে। এবার কড়াইতে ঘি গরম করে কুচানো কাজু, গোটা কাজু, কুচানো কিশমিশ, গোটা কিশমিশগুলোকে হালকা ভেজে তুলে নিতে হবে। এবার ওই কড়াইতেই ছোট এলাচ ও তেজপাতা ফোড়ন দিয়ে জল বার করা লাউগুলোকে দিয়ে হালকা আঁচে ভালো করে ভেজে নিয়ে তাতে ফোড়নো ঘন দুধ দিয়ে ভালো করে ফুটতে দিন। লাউ সিদ্ধ হয়ে এলে এর মধ্যে চিনি, ভাজা কাজু কুচানো, কিশমিশ কুচানো, পেস্তাকুচি ও বুরো ছানা দিয়ে ভালো করে নেড়ে আরও কিছুক্ষণ রাখুন।

এরপর মিল্কমেড দিয়ে ইচ্ছেমতো ঘন করে নামিয়ে নিলেই লাউ ও বুরো ছানার পায়েস তৈরি। পায়েস ঠান্ডা হয়ে গেলে এর উপরে কাজু, কিশমিশ, পেস্তাকুচি ও গোলাপের পাপড়ি দিয়ে সাজিয়ে মাটির পাত্রে পরিবেশন করুন।



অ্যারোজ কন লেচে

কী কী লাগবে

৫০ গ্রাম তুলাইপাঞ্জি চাল, ৫০০ মিলি লিটার দুধ, ১০০ গ্রাম গুড়, ২ ইঞ্চি কিউব করে কাটা কমলালেবুর খোসা, ১০-১২টি কিশমিশ, ৩ ইঞ্চি দারচিনি, ৩টি লবঙ্গ, ১ টেবিল চামচ নারিকেলকোরা, ২ কাপ জল, ২ টেবিল চামচ চিনি

সাজানোর জন্য:

১/৪ চা-চামচ দারচিনির গুঁড়ো, ১০-১২টা সোনালি কিশমিশ, ১/২ চা-চামচ কমলালেবুর জেস্ট

কীভাবে বানাবেন

কিশমিশ ভালো করে ধুয়ে গরমজলে ভিজিয়ে রাখুন।

চাল ভালো করে ধুয়ে জল ঝরিয়ে তাতে দারচিনির ডাঁটি, লবঙ্গ, কমলালেবুর খোসা আর জল দিয়ে অল্প আঁচে সিদ্ধ বসিয়ে দিন।

২০-২৫ মিনিট অল্প আঁচে রেখে সিদ্ধ করে জল টানিয়ে নিন। তারপর ভেজানো কিশমিশগুলো দিয়ে দিন। অন্যদিকে দুধ জ্বাল দিয়ে ঘন করে অর্ধেক করে রাখুন। চাল সিদ্ধ হয়ে গেলে দারচিনি, লবঙ্গ ও লেবুর খোসা তুলে ফেলে দিতে পারেন অথবা রেখেও দিতে পারেন। আমি শেষঅবধি রেখে দিয়েছি। চাল সিদ্ধ হলে দুধ দিয়ে ভাল করে মিশিয়ে নিন। তারপর গুড় ও চিনি দিয়ে দিন। ঘন হয়ে এলে লেবুর খোসা, দারচিনির টুকরো ও লবঙ্গ তুলে ফেলে দিয়েছি।

শেষে নারিকেলকোরা দিন।

তারপর ভালো করে মিশিয়ে সার্ভ করার পাত্রে ঢেলে ওপর থেকে নারিকেলকোরা, দারচিনিগুঁড়ো আর কমলালেবুর খোসার জেস্ট ছড়িয়ে পরিবেশন করুন।



ভাপা সন্দেশ

কী কী লাগবে

১ কাপ ফুল ফ্যাট দুধের ছানা, ১/২ কাপ চিনি, ১/৪ চা-চামচ ছোট এলাচগুঁড়ো, ১/২ কাপ গুঁড়ো দুধ, ঘি, জাফরান
কীভাবে বানাবেন

একটি মিক্সিং জারে ছানা, চিনি, এলাচগুঁড়ো ও গুঁড়ো দুধ দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে নিন। এবার একটি টিফিন বক্সে ভালো করে ঘি লাগিয়ে মিশ্রণটি ঢেলে দিন। ওপর থেকে জাফরান দিয়ে টিফিন বক্সের ঢাকা বন্ধ করে দিন। এবার একটি প্রেসার কুকারে দুকাপ জল দিয়ে তার মধ্যে একটি কুলুঙ্গি বসিয়ে বাক্সটি উপর থেকে বসিয়ে দিন এবং সিটি খুলে কুকারের ঢাকা বন্ধ করে দিন। মাঝারি আঁচে রাখুন।

১৫ মিনিট পর ঢাকা খুলে দেখে নিন, যদি পর্যাপ্ত জল না-থাকে তাহলে আরও এক কাপ জল দিয়ে আরও ১৫ মিনিট ওই একইভাবে রাখুন।

৩০ মিনিট হয়ে গেলে টিফিন বক্সটি কুকার থেকে বার করে ঘরের তাপমাত্রায় রেখে ঠান্ডা হতে দিন। ঠান্ডা হয়ে গেলে হিমঘরে ২ থেকে ৩ ঘণ্টার জন্য রাখুন।

হিমঘর থেকে বার করে ছুরির সাহায্যে সাবধানে ধারগুলো বাক্স থেকে আলাদা করে একটি থালায় রাখুন। পছন্দমতো আকারে কেটে ঠান্ডা ঠান্ডা পরিবেশন করুন।



সিমুইয়ের পায়েস

কী কী লাগবে

১৫০ গ্রাম কাঁচা সিমুই, ১.৫ লিটার ফুল ফ্যাট দুধ, ৩ টেবিল চামচ গুঁড়ো দুধ, ১৫০ গ্রাম চিনি, ৩ টেবিল চামচ ঘি, ৬টি ছোটো এলাচ, ৩টি তেজপাতা, ১.৫ টেবিল চামচ কাজুবাদামকুচি, ১.৫ টেবিল চামচ কিশমিশকুচি

কীভাবে বানাবেন

দুধ জ্বাল দিয়ে সরিয়ে রাখুন। কড়াইতে ঘি দিয়ে গরম হলে কাজু ও কিশমিশ হালকা ভেজে তুলে রাখুন।

ওই ঘিয়েই ছোট এলাচ আর তেজপাতা ফোড়ন দিয়ে সিমুই ভালো করে ভেজে নিন। জ্বাল দেওয়া দুধ সিমুইয়ের মধ্যে ঢেলে অনবরত নাড়তে থাকুন। কিছুক্ষণ পর কিছুটা কাজু-কিশমিশ সাজানোর জন্য রেখে বাকিটা দিয়ে দিন। সিমুই সিদ্ধ হলে চিনি দিন। নাড়তে নাড়তে যখন দুধের পরিমাণ প্রায় অর্ধেক হয়ে যাবে তখন গুঁড়ো দুধ দিন। ভালো করে মিশিয়ে নামিয়ে নিন। ওপর থেকে বাকি কাজু-কিশমিশ দিয়ে অল্প গরম গরম পরিবেশন করুন।



আম সন্দেশ

কী কী লাগবে

১ লিটার ফুল ফ্যাট দুধ ১টি বড় আম, ১/৩ কাপ চিনি (প্রয়োজন মতো কম বেশি দেওয়া যেতে পারে), ১/২ চা-চামচ ছোট এলাচগুঁড়ো, ২টি পাতিলেবুর রস, জাফরান

কীভাবে বানাবেন

দুধ জাল দিয়ে ফুটে উঠলে আঁচ টিমে করে লেবুর রস দিন। আন্তে আন্তে নাড়ুন। দুধ পুরোপুরি কেটে ছানা হয়ে গেলে ছাকনির উপরে পরিষ্কার কাপড় রেখে ছেঁকে, ঠান্ডা জল দিয়ে ভাল করে ধুয়ে আবার ছেঁকে নিন। অন্তত ৩০ মিনিট অবস্থায়ই ঝুলিয়ে রাখুন। অতিরিক্ত জল ঝরে যাবে।

এবারে ছানা প্লেটে নিয়ে হাতের সাহায্যে আলতোভাবে ও সাবধানে মাখতে হবে। ছানা মোলায়েম হয়ে আসলে এটা থেকে তেলের মতো দেখা দিলে ছানা তৈরি।

মিস্ত্রিং জারে আমের কাণ্ড, চিনি ও সামান্য ছোট এলাচগুঁড়ো দিয়ে ঘুরিয়ে নিন।

এবারে ননস্টিক প্যানে আমের মিশ্রণ দিয়ে মাঝারি আঁচে ১৫ মিনিট জ্বাল দিতে হবে। ১৫ মিনিট হয়ে গেলে আমের মিশ্রণ ঘন ও আঠালো হয়ে আসবে।

আমের মিশ্রণে আগে থেকে মেখে রাখা ছানা দিয়ে দিতে হবে এবং আঁচ একেবারে কমিয়ে রাখতে হবে। আমের মিশ্রণ ও ছানা ভালোভাবে মিশিয়ে আবার ছানার ঘনত্বে এলে নামিয়ে অল্প ঠান্ডা করে পছন্দমতো আকারে গড়ে নিয়ে উপর থেকে কয়েকটি জাফরানের কলি ও ছোট এলাচগুঁড়ো দিয়ে দিলেই তৈরি আম সন্দেশ।



লাউয়ের পায়েস

কী কী লাগবে

লাউ ৩০০ গ্রাম, ফুল ফ্যাট দুধ ৫০০ মিলি, কনডেন্সড মিল্ক ৩-৪ টেবিল চামচ, চিনি ৫০ গ্রাম, ঘি দেড় টেবিল চামচ, পেস্তাকুচি ৫-৬ চা-চামচ, ছোট এলাচ ৩টি, তেজপাতা ১টি, পেস্তাকুচি ২-৩ চা-চামচ

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে লাউয়ের খোসা ছাড়িয়ে বিচিসহ অংশটুকু বাদ দিয়ে খুব মিহি করে কুচিয়ে নিন। আমি এক্ষেত্রে গ্রেটারের ব্যবহার করেছি। গ্রেট করা লাউগুলিকে ভালো করে নিংড়ে লাউ থেকে জল বার করে নিতে হবে। দুধ জ্বাল দিয়ে ভালো করে ফুটিয়ে ঘন করে নিতে হবে। এবার কড়াইতে ঘি গরম করে ছোট এলাচ আর তেজপাতা ফোড়ন দিয়ে জল বার করা লাউগুলোকে দিয়ে হালকা আঁচে ভালো করে ভেজে নিয়ে তাতে ফোটানো ঘন দুধ দিয়ে ভালো করে ফুটতে দিন।

লাউ সিদ্ধ হয়ে এলে এর মধ্যে চিনি ও পেস্তাকুচি দিয়ে ভালো করে নেড়ে আরও কিছুক্ষণ রাখুন।

এরপর কনডেন্সড মিল্ক দিয়ে ইচ্ছেমতো ঘন করে নামিয়ে নিলেই লাউ ও বুরো ছানার পায়েস তৈরি। পায়েস ঠান্ডা হয়ে গেলে এর উপরে পেস্তাকুচি দিয়ে সাজিয়ে মাটির পাত্রে পরিবেশন করুন।



অরিন্দম সরকার

মা অন্নপূর্ণা সবাইকে দুধে ভাতে রাখুন

খাদ্যশস্য বণ্টন, রেশনিং ব্যবস্থা নিয়ে ভারত-সহ বিশ্বের একটা ভূমিকার চিত্র
তুলে ধরলেন অরিন্দম সরকার



রেশন ব্যবস্থা বা Public Distribution System (PDS)-এর শুরুটা যদি বলতে হয় তাহলে দ্বিতীয় বিশ্বযুদ্ধের সময় থেকে। এই রেশন ব্যবস্থার শুরু আর বাংলার দুর্ভিক্ষ একই সময়ে হয়েছিল। যুদ্ধের জন্য ব্রিটিশ সরকার সমস্ত আনাজ নিজের সৈন্যদের জন্য তুলে রাখে। বাঙালিদের খাবার জন্য কিছুই নেই। এখন ব্রিটিশদের কারখানাগুলো বিশেষত যেখানে যুদ্ধের অস্ত্র, সাজসরঞ্জাম তৈরি করা হত, সেখানে কাজ করত প্রচুর ভারতীয়। এবার তাদের খাবারেও পড়ল টান। তারা এবার কাজ করবে কী করে! তখন ব্রিটিশ সরকারের মাথায় এই পাবলিক ডিস্ট্রিবিউশন বা রেশন ব্যবস্থার কথা মাথায় এল। যেখানে কম পয়সায় তাদের জন্য খাদ্যব্যবস্থার ব্যবস্থা করা হল। বিনে পয়সায় ইংরেজরা ভারতীয়দের খাবার দেবে, এটা তারা স্বপ্নেও ভাবতে পারত না। তাই বাজারে যা দাম চলছিল সেই দামের থেকে কম দামে সেইসব কর্মচারীরা খাদ্যশস্য পেয়ে থাকতেন। এভাবেই ভারতে শুরু হয় রেশন ব্যবস্থা। এবারে দেশ স্বাধীন হওয়ার পর পরিস্থিতি খাতায়কলমে একটু বদলায়। সামাজিক চিত্র



আগেও যা ছিল এখনও মোটামুটি একই। পরিবর্তন যা হয়েছে তাতে গ্লোবাল হাজার ইনডেক্স শেষের দিক থেকে আমরা প্রথম ১৫-র মধ্যে আছি। মানে ১২৫টি দেশের মধ্যে আমরা ১১১। তবে এই গ্লোবাল হাজার ইনডেক্স-এর একটা ধাপ্লাবাজি আছে। সেটাতে পরে আসব। এখন বলি স্বাধীনতা পরবর্তী সময়ে ভারতে রেশন ব্যবস্থা কেমন ছিল, এখন আমরা কোন অবস্থায় দাঁড়িয়ে।

স্বাধীন ভারতবর্ষের প্রথম প্রধানমন্ত্রী পণ্ডিত নেহরু ছিলেন সমাজবাদের পক্ষে। খুব সহজ কথায় সমাজবাদ হল আমাদের দেশের যা সম্পদ আছে তা সমানভাবে দেশের সমস্ত মানুষের মধ্যে বণ্টিত হবে। তবে আমাদের দেশে সমাজবাদ বা পুঁজিবাদের কোনওটাই পুরোপুরি মানা হয় না। দুটোরই কিছু কিছু অংশ নিয়ে আমাদের সংবিধান তৈরি। একটু গভীরে ঢুকে যদি বলি, আমাদের সংবিধানে ভাগ ৪ এ Directive Principles of State Policies (DPSP) এর উল্লেখ আছে, Article 36-51 এর মধ্যে। এই DPSP বা রাজ্যের নীতি নির্দেশক তত্ত্বের মধ্যে সমাজবাদের প্রচুর কিছুই উল্লেখ থাকলেও রাজ্য

তা মানতে বাধ্য নয়, রাজ্যের সরকার নিজের সুবিধামতো সেগুলি পালন করতে পারে আবার না-ও করতে পারে। এই ধরন, গুজরাত বিহারে মদের ব্যবহার হয় না, আর আমাদের রাজ্যের উন্নয়নের মূলসুঁতই হল রঙিন জলের বোতল। একটি আদর্শ সমাজ কেমন হতে পারে সেটাই DPSP-তে বলা আছে। তবে এর জন্য কেউ সুপ্রিম কোর্ট বা হয় কোর্টে গিয়ে বলতে পারেন না DPSP-তে যা লেখা আছে তা পূরণ হয়নি। এরপর যখন ইন্দিরা গান্ধী প্রধানমন্ত্রী হিসেবে ছিলেন তখন ১৯৭৫ সালে 42nd Amendment এনে সংবিধানের প্রস্তাবনায় সমাজবাদ শব্দটি যুক্ত করেন। এই প্রসঙ্গটি আনতেই হল, কারণ এর জন্যই ভারতে Public Distribution-এর মতো একটি বড় সিস্টেমকে সঠিকভাবে পরিচালনা করা সম্ভব হচ্ছে। ১৯৫১ থেকে ১৯৫৬ সাল অবধি প্রথম পঞ্চবার্ষিকী পরিকল্পনায় এর উল্লেখ পাওয়া যায়। দেশ স্বাধীন হওয়ার পর তো দেশ থেকে দুর্ভিক্ষ শেষ হয়ে যায়নি, তাই public welfare scheme-এর মধ্যে দেশের সেইসব মানুষ যারা গরিব তাদের সরকার ভর্তুকি



দিয়ে কম দামে খাদ্যশস্য বিতরণ করবে, এই ছিল স্বাধীন ভারতবর্ষের খাতায়কলমে পাকাপাকিভাবে রেশন ব্যবস্থার শুরু। এই ব্যবস্থা বেশকিছু দশক চলল, তারপর ১৯৯৭ এল Targeted PDS। এখানে বলা হল, যাদের দরকার বা যেখানে প্রয়োজন সেখানে বেশি গুরুত্ব দেওয়া হবে সবার আগে। এখানেই আসে APL (Above Poverty Level) আর BPL (Below Poverty Level)। BPL-টা বোঝা খুব সোজা, যারা সূচকের নিচে তারা BPL তালিকাভুক্ত, তাদেরকে গুরুত্ব দিতে হবে। কিন্তু যারা APL তালিকায় অন্তর্ভুক্ত হলেও এতটাই মার্জিনাল জায়গায় আছেন, যাদের না দেখলে তারা আবার BPL তালিকায় চলে আসবে - তাদের ওপর ও বিশেষ গুরুত্ব দেওয়া হবে - এটাই Targeted PDS এর মূল বক্তব্য। এখানে BPL তালিকাভুক্ত পরিবারকে প্রতি মাসে ৩৫ কেজি খাদ্যশস্য দেওয়া হয় আর APL তালিকাভুক্ত পরিবারকে ১৫ কেজি থেকে ৩৫ কেজি। এরপর ১৯৯৯ সালে যখন অটলবিহারী বাজপেয়ী প্রধানমন্ত্রী হন, তিনি আনলেন অন্ত্যদয় যোজনা, যা চালু হয় ওঁর জন্মদিন ২৫ ডিসেম্বর, ২০০০ সালে। এখানে বলা হল, সমাজের একদম

প্রান্তিক থেকে প্রান্তিকতম মানুষদের পরিবারকেও জুড়তে হবে এই Public Distribution System-এর সঙ্গে। এরপর ২০১৩ সালে মনমোহন সিং-এর সরকার Natuonal Food Security Act চালু করেন। এখানে মানুষের কাছে আরও ক্ষমতা এল, মানুষ যদি রেশন না পায় ঠিকমতো, তাহলে তাঁরা আদালতের দ্বারস্থ হতে পারেন। এখানে আরও বলা হয় প্রতিটি রাজ্যে Food Commision বানাতে হবে, যাঁরা নজরদারি করবেন, মানুষের কাছে ঠিকমতো রেশন পৌঁছাচ্ছে কিনা।

এবারে আসি এই PDS কীভাবে কাজ করে। খুব সহজ করে বললে, চাষি চাষ করে যে শস্য উৎপাদন করছেন, তা তিনি দিয়ে দেবেন FCI (Food Corporation of India)-কে। এবার FCI সেটা দেবে রাজ্যকে। রাজ্যে এখন সেটা নিয়ে District Administration, Block Administration-এর মাধ্যমে সমস্ত রেশন দোকানে বণ্টন করবে এবং মানুষের কাছে খাদ্যশস্য পৌঁছে যাবে। সাধারণত দেখা যায় যখন কোনও মজুতদার চাষিদের কাছ থেকে শস্য না কিনলে তারা তখন FCI-এর দ্বারস্থ হয়। তখন FCI তাদের কাছ থেকে Minimum



Selling Price (MSP)-তে শস্য কিনে মজুত করে রাখে, কোনও রাজ্যে অকাল, খরা , বন্যা বা দুর্ভিক্ষের মতো কোনও ঘটনা ঘটলে আপৎকালীন পরিস্থিতিতে সেখানে তা পাঠানো হয় বা সবকিছু ঠিক থাকলে সাধারণভাবে শস্য বণ্টন হয় Central Issue Price(CIP)-এ রাজ্যের কাছে। এই জন্য খেয়াল করবেন বছরে সবজির দাম যতবার ওঠানামা করে চালা, গমের দাম কিস্তি সেইভাবে পরিবর্তিত হয় না, কারণ পুরো ব্যাপারটাই তদারকি করে FCI. এখন FCI-এর কাছ থেকে শস্য পাওয়ার পর রাজ্যে চাইলে নিজে থেকে আরও ভর্তুকি দিয়ে আরও কম দামে তা মানুষের কাছে বিতরণ করতে পারে এবং বেশকিছু রাজ্যে এটা করছেও।

এবারে আসি Global Hunger Index-এর কথায়। ১২৫টি দেশের মধ্যে ভারতের স্থান ১১১ আগেই জানিয়েছি। সত্যিই খুব খারাপ অবস্থা। Social Media জুড়ে বর্তমান সরকারের বিপক্ষে হইহই রইরই গেল গেল রব উঠে গেছিল এটা জানা মাত্রই। এই বছরেরটা আসতে চলেছে ১০ অক্টোবরে। আপনাদের সামনে ২০২৩ সালেরই কিছু তথ্য তুলে

ধরি, তাহলে Global Hunger Index-এর চিত্রটা পরিষ্কার হবে। COVID আসার আগে থেকেই ভারত SAARC-এর দেশগুলো ছাড়াও আফ্রিকার বহু দেশকে খাবার ওষুধ এবং নানাবিধ সাহায্য করে আসছে। COVID-এর পর পরিমাণ আরও বেড়েছে। সম্প্রতি শ্রীলঙ্কা, বাংলাদেশ, আফগানিস্তান, মালদ্বীপের ঘটনা আমাদের অজানা নয়। Global Hunger Index-এ ২০২৩ সালে তাদের কি অবস্থা একটু বলি আপনাদের। যে-পাকিস্তান আটার গাড়ির পিছনে ছুটে বেড়ায় তার rank ৯৯, যেই শ্রীলঙ্কাকে ভারত এখনও সাহায্য করে চলেছে তাদের rank ৬৪, নেপাল ৮১, বাংলাদেশ ৮৪, আফগানিস্তান ১১৪, মালদ্বীপের তো নামই নেই ওদের তথ্য পায়নি বলে। এখন এরকম অবস্থায় আমরা কি করে এই GHI-এর ranking-কে প্রমাণ হিসেবে ধরতে পারি বা মান্যতা দিতে পারি। হ্যাঁ, নিশ্চয়ই আমাদের দেশের অবস্থা খুব ভালো নয়, তাই বলে যে যা খুশি তালিকা বানিয়ে দিলে আমাদের fact check ছাড়া মেনে নিতে হবে এমনটা কখনওই হতে পারে না। আমাদের দেশে বহু মানুষ এখনও দিনশেষে অভুক্ত

থেকে ঘুমোয়। স্কুলগুলোতে বাচ্চারা পড়াশুনা নয়, মিড ডে মিলের জন্য আসে। এরকম পরিস্থিতিতে আমরা যা খাবার অপচয় করি তার পরিমাণ অনেকখানি। ভারতে যত পরিমাণ খাদ্য উৎপাদন হয়, তার মোটামুটি ৪০% অপচয় হয়। COVID-এর সময় বণ্টনের সমস্যার জন্য পরিসংখ্যান আরও বেড়ে যায়। এক বছরে ২১ মিলিয়ন মেট্রিক টন গম নয় নষ্ট করি আমরা, যা অস্ট্রেলিয়ার এক বছরের উৎপাদনের সমান। অনুষ্ঠান বাড়ি, রেস্টুরাঁ ছেড়ে দিন, বাড়িতেই আমরা ৬১% খাবার নষ্ট করি। এক বছরে একজন ভারতীয় গড়ে ৫০ কেজি খাবার নষ্ট করে। খাবার নষ্ট নিয়ে অনেক কথা, অনেক পরিসংখ্যান দেওয়া যায়, কিন্তু কোনও লাভই হবে না যদি আমরা নিজেরা না শোধরাই। এখানে প্রশাসন বা সরকারের কিছু করার নেই, পুরোটাই আমাদের নিজেদের ওপর, আমরা সজাগ হলেই সমস্যা আর সমস্যা থাকে না।

কলকাতায় বেশকিছু সংস্থা কাজ করে চলেছে waste food management নিয়ে। কোনও অনুষ্ঠানবাড়িতে ধরুন অনেক খাবার বেঁচে গেল, সেগুলো নষ্ট না করে ওরা নিয়ে এসে অভুক্ত মানুষদের মধ্যে বিতরণ করে। আলাদা করে কারওর নাম করব না, একটু কষ্ট করে গুগল-এ গিয়ে search করুন ‘Food Donation NGOs in Kolkata/West Bengal’, ব্যস... আর কিছু করতে হবে না, সব তথ্যই আপনাদের হাতের তালুতে। সুবিধামতমতো যোগাযোগ করে নিয়ে অতিরিক্ত খবর তাদের দিয়ে দিন।

অল্প করে বিশ্বের রেশন ব্যবস্থার কথা না বললেই নয়, তাই দুচার কথা লিখছি। বর্তমান বিশ্ব রেশন ব্যবস্থা মূলত খাদ্য নিরাপত্তা ও সামাজিক সুরক্ষা নিশ্চিত করার জন্য গঠন করা হয়েছে। অনেক দেশে, বিশেষ করে উন্নয়নশীল অঞ্চলে, সরকার জনগণের জন্য খাদ্য সরবরাহের জন্য রেশনিং ব্যবস্থা চালু করেছে। এই ব্যবস্থার মাধ্যমে নিম্ন আয়ের পরিবারগুলোকে সস্তায় বা বিনামূল্যে খাদ্য প্রদান করা হয়।

রেশন কার্ডের মাধ্যমে মানুষ নির্দিষ্ট পরিমাণে খাদ্য পণ্য যেমন চাল, ডাল, তেল, চিনি ইত্যাদি পেতে পারে। তবে, বিভিন্ন দেশে এই ব্যবস্থার কার্যকারিতা ও স্বচ্ছতা নিয়ে প্রশ্ন রয়েছে। দুর্নীতি, অপ্রতুল সরবরাহ এবং প্রশাসনিক জটিলতার কারণে

অনেকসময় সুবিধাভোগীরা সঠিকভাবে রেশন পান না।

সাম্প্রতিক সময়ে, কোভিড-১৯ মহামারীর প্রভাবে অনেক দেশের রেশন ব্যবস্থা আরও গুরুত্বপূর্ণ হয়ে উঠেছে, যেখানে সরকারগুলো খাদ্য ও অন্যান্য জরুরি সামগ্রী বিতরণের মাধ্যমে জনগণের সহায়তা করছে। তবে, এই ব্যবস্থার উন্নতির জন্য আরও কার্যকর নীতিমালা ও প্রযুক্তির প্রয়োজন রয়েছে।

আফ্রিকা ও লাতিন আমেরিকার রেশনিং সিস্টেমের পরিস্থিতি

আফ্রিকা: আফ্রিকার অনেক দেশে খাদ্য নিরাপত্তা একটি বড় চ্যালেঞ্জ। বিভিন্ন কারণে, যেমন রাজনৈতিক অস্থিরতা, জলবায়ু পরিবর্তন, এবং অর্থনৈতিক সংকট, খাদ্যের অভাব দেখা দেয়। কিছু দেশ সরকারীভাবে রেশনিং ব্যবস্থা চালু করেছে, যেখানে জনগণ নির্দিষ্ট পরিমাণ খাদ্যপণ্য পায়। তবে, এই ব্যবস্থাগুলো প্রায়ই দুর্নীতি ও প্রশাসনিক জটিলতার কারণে কার্যকর হয় না। অনেক পরিবার এখনও খাদ্যের জন্য সংগ্রাম করছে এবং খাদ্য সহায়তা প্রকল্পগুলো গুরুত্ব পাচ্ছে।

লাতিন আমেরিকা: লাতিন আমেরিকাতেও খাদ্য নিরাপত্তার সমস্যা বিদ্যমান, তবে কিছু দেশ যেমন ভেনেজুয়েলা এবং নিকারাগুয়া রেশনিং ব্যবস্থার দিকে ঝুঁকিয়েছে। এখানে সরকারীভাবে খাদ্য সরবরাহ করা হয়, কিন্তু রাজনৈতিক ও অর্থনৈতিক সংকটের কারণে এটি কার্যকর হচ্ছে না। অনেকসময় খাদ্য পণ্যের অভাব দেখা দেয় এবং বাজারে মূল্য বৃদ্ধি পায়। তবে, কিছু দেশের সরকার খাদ্য সহায়তা প্রকল্প চালু করে জনগণের জন্য খাদ্য নিরাপত্তা নিশ্চিত করার চেষ্টা করছে।

উভয় অঞ্চলে, রেশনিং ব্যবস্থা উন্নত করার জন্য আরও কার্যকর নীতিমালা এবং প্রযুক্তির প্রয়োজন রয়েছে, যাতে জনগণের মৌলিক খাদ্য অধিকার নিশ্চিত করা যায়।

শুভ শারদীয়া, মা অন্নপূর্ণা সবাইকে দুধে ভাতে রাখুক।

সাধারণ মানুষের চাহিদা বলতে ‘রোটি কাপড়া অউর মকান’ এর সঙ্গে বাঙালির চাহিদা হল একথানা গরম ভাত। এলাকার প্রভেদে রং, স্বাদ, বর্ণ সব আলাদা হলেও, দিনশেষে ওই একমুঠো চালের জন্যই তো এই নিরন্তর ছুটে চলা। চলুন জেনে নিই কতরকম চাল রয়েছে আমাদের আশপাশে! সেই খবর দিল টিম অনন্যা



চালের চালচিত্র



রেড রাইস: অ্যান্টিঅক্সিড্যান্ট বেশি থাকার জন্য এই চালের রং লাল। রেড রাইস রান্না করতেও ব্রাউন রাইসের মতোই সময় লাগে। যে-ধরনের রান্নায় চাল সারা রাত ভিজিয়ে রেখে সকালে বেটে তৈরি করতে হয় সেইসব রান্নায় রেড রাইস ব্যবহার করা হয়।

ব্ল্যাক রাইস: চিনে প্রচুর পরিমাণে এই বুনো চালের চাষ হয়। এই চালে প্রচুর অ্যান্টিঅক্সিড্যান্ট, প্রোটিন, মিনারেল ও ফোলেট থাকে। এই চাল সিদ্ধ হতে সময় লাগে এবং অন্তত চালের তিনগুণ পরিমাণ জল লাগে।





ব্রাউন রাইস: টেকি ছাঁটা চাল হল ব্রাউন রাইস। সবচেয়ে পুষ্টিকর এই চাল। প্রচুর পরিমাণ থিয়ামিন ও আয়রন রয়েছে ব্রাউন রাইসে। হোয়াইট রাইসের তুলনায় প্রায় দ্বিগুণ সময় লাগে ব্রাউন রাইস সিদ্ধ হতে।

হোয়াইট রাইস: ধান ভানার পর পালিশ করে তৈরি করা হয় হোয়াইট রাইস। আমরা সাধারণত প্রতিদিন সাদা চাল খেয়ে থাকলেও এই চালের পুষ্টিগুণ কম। সিদ্ধ হতেও কম সময় লাগে।



কাউন চাল

কাউন চাল ছিলো গরিবের খাবার। ছোট দানা বিশিষ্ট শস্যটির দাম এখন গরিবদের হাতের নাগালের বাইরে। কাউন এখন বিলাসী চাল। চাল বা গমের মতো এই দানায় শর্করা নেই। পুষ্টিবিদরা কাউন চালকে সুপারফুড হিসেবে পরামর্শ দেন। যার জন্য স্বাস্থ্য সচেতন মানুষ খুব সহজেই কাউন চালকে বেছে নেন।

তুলাইপাঞ্জি চাল

উত্তর দিনাজপুর জেলার রায়গঞ্জ ব্লকের মোহিনীগঞ্জ এলাকায় বিভিন্ন জাতের সরু ধানের চাষ ভালো হত। এই সরু ধানের মধ্যে একটি হল তুলাইপাঞ্জি। স্বাদে-গন্ধে অতুলনীয় এই চালের সুনাম বর্তমানে রাজ্যের গণ্ডি ছাড়িয়ে দেশের বিভিন্ন প্রান্তে ছড়িয়ে পড়েছে।





গোবিন্দ ভোগ চাল

হাওড়ার শিবপুরের গঙ্গা পেরিয়ে ঘন জঙ্গলে ঢাকা জায়গা পরিষ্কার করে কিছু পরিবার বসতি গড়ে। প্রতিষ্ঠিত হয় কৃষ্ণের মন্দির। বৃষ্টির প্রার্থনায় ঘিয়ের গন্ধ যুক্ত এক ছোট দানার সুগন্ধি চালের ভোগ নিবেদন করা হয় দেবতার উদ্দেশে। সেইথেকে এই চালের নাম হয় গোবিন্দভোগ।

বাসমতি

সংস্কৃত শব্দ বাসমতী মানে সুগন্ধযুক্ত। লম্বা দানাদার এই চাল ভারত, পাকিস্তানে উৎপন্ন হয় যা তার সুগন্ধ ও সুস্বাদের জন্য বিখ্যাত। এছাড়াও গ্লুটেনমুক্ত, রক্তচাপকে নিয়ন্ত্রণ করে, হজমে সহায়তা করে, দীর্ঘক্ষণ পেট ভরিয়ে রাখে ফলে ওজন নিয়ন্ত্রণে ও সহায়ক।



জেসমিন রাইস

এই চাল মূলত থাইল্যান্ডে জন্মায়। এছাড়াও ভিয়েতনাম, কম্বোডিয়াতেও জেসমিন রাইসের অন্যান্য প্রজাতির গাছ জন্মায়। সরু ও দীর্ঘ দানার এই চালের ভাত ধবধবে সাদা এবং ঝরঝরে হয়। সাধারণত থাই এবং চাইনিজ ফ্রায়েড রাইস রান্নাতে এই চাল ব্যবহার করা হয়।

স্টিকি রাইস (Oryza sativa glutinosa)

জাপানি স্টিকি রাইস বা মিষ্টি চাল নামেও পরিচিত। যে-কোনও ধরনের চাল যেটিতে অ্যামাইলোপেকটিন স্টার্চ বেশি এবং অ্যামাইলোজ স্টার্চ কম তাই স্টিকি রাইসের তালিকাভুক্ত। এই চালে ডেক্সট্রিন এবং মাল্টোজ ও বেশি থাকে। স্টিকি রাইস বিভিন্ন প্রকারের হয়। লম্বা-দানা থেকে ছোট-দানা এবং সাদা থেকে বেগুনি পর্যন্ত।





মিনিকেট

পশ্চিমবঙ্গে 'শতাব্দী' নামক এক জাতের ধানের বীজ, একটি প্যাকেটে কিছু সার ও কীটনাশক সহকারে কৃষকদের মধ্যে বিতরণ করা হয়। যেটা 'মিনি কিট' হিসেবে পরিচিত। সেই 'কিট' বাংলাদেশের কৃষকদের কাছে চলে আসে কোনও না কোনও উপায়ে। সেখান থেকেই 'শতাব্দী' ধানের নাম হয়ে যায় 'মিনিকেট'।

কনকচূড়

কনকচূড় একটি সরু চালের সুগন্ধী ধান। এই ধানটির চাষ মূলত সীমাবদ্ধ দক্ষিণ চব্বিশ পরগনার গুটিকয়েক ব্লকে। এর মধ্য উল্লেখযোগ্য জয়নগর, কুলতলি, মথুরাপুর, কুলপি। এই ধানের খই বড়ই সুগন্ধী। কনকচূড়ের বাণিজ্যিক মূল্য এই সুগন্ধী খই। জয়নগরের প্রসিদ্ধ মিষ্টি 'মোয়া'-র মূল উপাদান কনকচূড় ধানের খই।



ছবিঃ স্বাগতা সাহা

ভাইফোঁটার মহাভোজ



দুর্গাপূজা, দীপাবলির শেষে এবার ভাইফোঁটার পালা। বাঙালির ঐতিহ্য ও সংস্কৃতির ছোঁয়া আঙুঠে জড়িয়ে রয়েছে সামাজিক যে আচার-অনুষ্ঠানগুলির মধ্যে, ভাইফোঁটা তেমনই একটি অনুষ্ঠান। আর বোনেরাও তেমনি ভাইদের জন্য ভেবে অস্থির, যে কী রাঁধবে, কি উপহার দেবে এই বিশেষ দিনে! এ যেন সমুদ্র থেকে মুক্তা খুঁজে আনার মতো ব্যাপার!

মুশকিল আসানে দুই রন্ধন বিশেষজ্ঞা। দেখুন তাঁরা কি আয়োজন করলেন তাদের ভাইদের জন্য...



India's Healthiest Cooking Oil enriched with **Omega-3**



JIVO WELLNESS PVT. LTD.

J-3/190, Nehru Market,

Rajouri Garden, New Delhi -110027

Ph: +91-9911927833, +91-8447171787

E-mail: info@jivo.in, karanpreet@jivo.in

Web: www.jivowheatgrass.com

কাঁকড়ার ঝাল

কী কী লাগবে

কাঁকড়া - ২টি (মাঝারি আকারের), পেঁয়াজ ৩টি (বড়) বা ৬টি (মাঝারি) কুচি করা, টোম্যাটো ২টি (কাটা), রসুনবাটা ৩ টেবিল চামচ, আদাবাটা ২ টেবিল চামচ, কাঁচালঙ্কাবাটা ২ চা-চামচ, শুকনোলঙ্কা ২টি (তাওয়ায় ভেজে গুঁড়ো করে নিন), হলুদগুঁড়ো ১ চা-চামচ, ধনেগুঁড়ো ১ চা-চামচ, জিরাগুঁড়ো দেড় চা-চামচ, কাশ্মীরি লঙ্কাগুঁড়ো ২ চা-চামচ (রঙের জন্য), গরমমশলাগুঁড়ো ১ চা-চামচ (৩টি লবঙ্গ, ৩টি এলাচ এবং ১/২ ইঞ্চি দারচিনি গুঁড়ো করে নিন) লবণ স্বাদমতো, তেল ১/২ কাপ, ধনেপাতাকুচি ১/৪ কাপ

কীভাবে বানাবেন

কাঁকড়ার টুকরোগুলো লবণ এবং ১/৪ চা-চামচ হলুদগুঁড়ো দিয়ে মেশান, ১০ মিনিট রাখুন। শরীরের বড় খোলসটি ১ কাপ জলে ৫ মিনিট মাঝারি আঁচে সিদ্ধ করুন। জল ঝরিয়ে নিন এবং পরিবেশন প্লেটে

রাখুন। একটি প্যানে তেল গরম করুন, রসুনবাটা দিন এবং ১-২ মিনিট ভাজুন। পেঁয়াজকুচি দিন এবং হালকা বাদামি হওয়া পর্যন্ত ভাজুন। আদাবাটা দিন, ১-২ মিনিট রান্না করুন। টোম্যাটোকুচি দিয়ে তেল ছাড়া পর্যন্ত কষুন। কাঁকড়ার টুকরোগুলো দিয়ে দিন। ধনেগুঁড়ো, লঙ্কাগুঁড়ো, জিরাগুঁড়ো, বাকি হলুদগুঁড়ো এবং লবণ দিয়ে রান্না করুন যতক্ষণ না তেল মশলা থেকে বেরোতে শুরু করছে। ১/২ কাপ জল দিন, ফুটে উঠলে আঁচ কমিয়ে দিন। জল অর্ধেক না হওয়া পর্যন্ত রান্না করুন। সব টুকরো পরিবেশন প্লেটে রাখুন, সঙ্গে সিদ্ধ করা খোলস, তারপর তার ওপর থ্রেভি ঢেলে দিন। ধনেপাতাকুচি দিয়ে সাজান। এটি গরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন।



মৌমিতা কুণ্ডু মল্ল



কলকাতা মাটন চাঁপ

কী কী লাগবে

মাটন ৫০০ গ্রাম, দই ১/২ কাপ, আদা ১ ইঞ্চি, ১টা গোটা রসুন, কাজু ২ টেবিল চামচ, লাল লঙ্কার গুঁড়ো ১ চা-চামচ, হলুদগুঁড়ো ১/২ চা-চামচ, চাঁপ মশলা ৩ টেবিল চামচ, রোস্ট করা বেসন ১ টেবিল চামচ (শুকনো খোলায় নেড়ে নেওয়া), গুঁড়ো দুধ ১ টেবিল চামচ, কেওড়া জল ৩-৪ ফোঁটা, মিঠা আতর ৩-৪ ফোঁটা (ঐচ্ছিক), ঘি ২ টেবিল চামচ, তেল ২ টেবিল চামচ, লবণ স্বাদ অনুযায়ী, চিনি ১ চা-চামচ, জল প্রয়োজন অনুযায়ী

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে মাটনের টুকরোগুলো ভালো করে ধুয়ে রান্নার হাতুড়ি বা হামান দিস্তা দিয়ে ভালো করে মেরে নিতে হবে। মিক্সারে আদা, রসুন আর কাজু দিয়ে পেস্ট তৈরি করতে হবে। তারপর দই, আদা-রসুন-কাজু বাটা, বেসন, গুঁড়ো দুধ, চাঁপ মশলা আর স্বাদমতো নুন দিয়ে মেখে ৭-৮ ঘণ্টা ম্যারিনেট করে রাখতে হবে ফ্রিজে। একটা প্যানে ঘি ও তেল গরম করে মাটনের টুকরোগুলো দিয়ে অল্প আঁচে ভালো করে ভাজতে হবে যতক্ষণ না মাটন একটু বাদামি রং ধরে। হলুদগুঁড়ো, লঙ্কার গুঁড়ো,

স্বাদমতো নুন দিতে হবে। এবার মাটন ভাজা হলে সেই একই প্যানে ম্যারিনেট করা মশলা যেটা থাকবে সেটা দিয়ে ভালো করে কষতে হবে, তারপর অল্প জল মিশিয়ে ঢাকা দিয়ে রান্না করতে হবে ৪০-৫০ মিনিট, মাঝেমধ্যে নাড়াচাড়া করতে হবে। যখন মাটন প্রায় সিদ্ধ হয়ে যাবে, তখন কেওড়া জল, মিঠা আতর এবং চিনি মিশিয়ে আরও ৫ মিনিট রান্না করে নামিয়ে নিতে হবে। কলকাতা মাটন চাঁপ তৈরি। পরোটা বা নান-এর সঙ্গে পরিবেশন করুন।

চাঁপ এর মশলার জন্য: জিরে ১ টেবিল চামচ, ধনে ১ টেবিল চামচ, শুকনোলঙ্কা ৪-৫টি, দারচিনি ১ ইঞ্চি, এলাচ ৪-৫টি, লবঙ্গ ৫-৬টি, জায়ফল ১/৪ চা-চামচ, জয়ত্রি ১/২ টুকরো, গোল মরিচ ৮-১০টি

কীভাবে বানাবেন: একটি শুকনো প্যানে জিরে, ধনে, শুকনোলঙ্কা, দারচিনি, এলাচ, লবঙ্গ, গোলমরিচ এবং জয়ত্রি দিয়ে অল্প আঁচে ভেজে নিতে হবে যতক্ষণ না মশলাগুলি হালকা সুবাস ছাড়ে। খেয়াল রাখতে হবে যাতে মশলাগুলি পুড়ে না-যায়। ভাজা মশলাগুলো ঠাণ্ডা হলে মিক্সার গ্রাইন্ডারে ভালো করে গুঁড়ো করে নিতে হবে।



ভেটকি পাতুরি

কী কী লাগবে

ভেটকি মাছের ফিলেট ৪টি, কালো সর্ষে ২ টেবিল চামচ, পোস্ত ১ টেবিল চামচ, নারিকেল কুরানো ১/৪ কাপ + ১ টেবিল চামচ, কাঁচালক্ষা ৪+৪, হলুদগুঁড়ো ১/২ চা-চামচ + ১/২ চা-চামচ, স্বাদমতো নুন, কলাপাতা ১ বড়, সর্ষের তেল পরিমাণমতো, সুতো কিছুটা

কীভাবে বানাবেন

একটি বাটিতে মাছের টুকরোগুলো হলুদগুঁড়ো ও নুন দিয়ে মেখে রাখুন। সর্ষে, পোস্ত ও ৪টি কাঁচালক্ষা, অল্প জল দিয়ে পেস্ট তৈরি করুন। নারিকেল কুরানো একটি বাটিতে নিয়ে তাতে মাছের ফিলেট, সর্ষে-পোস্তবাটা, সামান্য নুন ও বাকি হলুদগুঁড়ো মেশান। মিশ্রণটি ভালোভাবে মেখে নিন।

ঢেকে ফ্রিজে ১ ঘণ্টা রেখে দিন। ফ্রিজ থেকে মাছ বার করে তাতে কিছুটা তেল মিশিয়ে নিন। ধীরে ধীরে কলাপাতাগুলো গ্যাসে ৩০ সেকেন্ড ধরে গরম করুন,

লক্ষ রাখবেন যাতে পুড়ে না যায়। একটি ডিশের ওপর কলাপাতার উজ্জ্বল দিকটি ওপরে রেখে তাতে সামান্য সর্ষের তেল মাখিয়ে নিন। কলাপাতার মাঝখানে ১ চা-চামচ মশলার পেস্ট দিন, তার ওপর মাছের টুকরোটি রেখে আরও ১ চা-চামচ পেস্ট দিয়ে মাছটিকে সম্পূর্ণভাবে ঢেকে দিন, তারপর একটি কাঁচালক্ষা তার ওপরে রাখুন। কলাপাতাটি ভাঁজ করে একটি চৌকো পার্সেল মতো তৈরি করুন এবং সুতোর সাহায্যে বেঁধে নিন যাতে রান্নার সময় না খুলে যায়। প্রতিটি মাছের জন্য একই পদ্ধতি অনুসরণ করুন।

এখন একটি নন-স্টিক প্যানে তেল মাখিয়ে নিন এবং তাতে কলাপাতায় মোড়া মাছগুলো রাখুন। প্যানে একটা এয়ারটাইট ঢাকনা দিন এবং মাঝারি আঁচে প্রতিটি পাশ ৮-৯ মিনিট করে রান্না করুন। একই পদ্ধতিতে বাকিগুলো করতে হবে। কলাপাতায় মোড়া ভেটকি গরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন।



ডাব চিংড়ি

কী কী লাগবে

চিংড়ি মাছ ২৫০ গ্রাম, কচি ডাব ১টি, পেঁয়াজবাটা ২ টেবিল চামচ, রসুনবাটা ১ চা-চামচ, আদাবাটা ১ চা-চামচ, সর্ষেবাটা ১ টেবিল চামচ, পোস্তবাটা ১ টেবিল চামচ, কাঁচালঙ্কা ৪-৫টি, হলুদগুঁড়ো ১ চা-চামচ, লবণ স্বাদমতো, সর্ষের তেল ২ টেবিল চামচ, আটার ডো

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে চিংড়ি মাছ ভালোভাবে পরিষ্কার করে নিন। চিংড়ির মাথা ও খোসা ফেলে দিন। একটি পাত্রে চিংড়ি মাছ, পেঁয়াজবাটা, রসুনবাটা, আদাবাটা, সর্ষেবাটা, পোস্তবাটা, কাঁচালঙ্কা, হলুদগুঁড়ো, লবণ ও সর্ষের তেল মিশিয়ে মেরিনেট করে নিন। মেরিনেট করা চিংড়ি ১৫-২০ মিনিট রেখে দিন। কচি ডাবের উপরের অংশ সাবধানে কেটে ঢাকনা বানিয়ে নিন। ভেতরের জল একটি পাত্রে রেখে

দিন এবং ডাবের শাঁস সাবধানে বার করে ছোট ছোট টুকরো করে নিন। মেরিনেট করা চিংড়ি মাছ ও ডাবের শাঁস আর ডাবের জল ভালো করে মিশিয়ে ডাবের ভেতরে ভরে দিন।

ডাবের ঢাকনা লাগিয়ে ভালো করে সিল করে দিন আটা দিয়ে যাতে স্টিম বাইরে বার না-হয়। নীচ দিকটা কেটে নিলে ভালো হয় তাহলে বসাতে সুবিধা হবে। একটি বড় পাত্রে জল গরম করে তার মধ্যে একটা স্ট্যান্ড বসান। ডাবটি স্ট্যান্ডের উপর রেখে ঢেকে দিন। ডাব অর্ধেকের একটু কম জলে যেন থাকে। পাত্র ঢাকা দিতে হবে। মাঝারি আঁচে ৩০-৪০ মিনিট ভাপিয়ে নিন। ভাপা হয়ে গেলে সাবধানে ডাবটি বের করে নিন। ডাব চিংড়ি প্রস্তুত। গরম ভাতের সঙ্গে দারুণ লাগে!



আলু-ফুলকপি দিয়ে চিংড়ি

কী কী লাগবে

চিংড়ি মাছ ৫০০ গ্রাম, ২টি আলু, ১টি ফুলকপি, ২টি পেঁয়াজকুচি, ২ টেবিল চামচ রসুনবাটা, ১ টেবিল চামচ আদাবাটা, ১টা টোম্যাটোকুচি, স্বাদমতো নুন, সামান্য চিনি (ঐচ্ছিক), ১ চামচ করে হলুদগুঁড়ো আর জিরেগুঁড়ো, ১ চামচ কাঁচালঙ্কাবাটা অথবা কাশ্মীরি লাল লঙ্কাগুঁড়ো, সর্ষের তেল পরিমাণমতো, এক চামচ ঘি, ফোড়নের জন্য তেজপাতা, ছোট এলাচ আর দারচিনি

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে চিংড়ি মাছ খুব ভালো করে ধুয়ে পরিষ্কার করে মাঝখানের শিরাটা বাদ দিয়ে নিতে হবে। তার পরে মাছে নুন-হলুদ দিয়ে মাখিয়ে রেখে দিতে হবে। কড়াইতে সর্ষের তেল দিয়ে মাছগুলোকে অল্প ভেজে তুলে নিতে হবে। কারণ, চিংড়ি মাছ কিন্তু খুব বেশি ভাজলে শক্ত হয়ে যায়। তার পরে ওই তেলে আলু আর ফুলকপিকে একটুখানি নুন আর হলুদ দিয়ে খুব ভালো করে মাখিয়ে ভেজে তুলে নিতে হবে। এবারে ওই তেলেই তেজপাতা, ছোট এলাচ আর দারচিনি ফোড়ন দিতে হবে। এবারে

পেঁয়াজকুচি দিয়ে মাঝারি আঁচে ভালো করে হালকা বাদামি হওয়া পর্যন্ত ভাজতে হবে। এবার রসুনবাটা দিয়ে কিছুক্ষণ নাড়াচাড়া করে আদাবাটা দিয়ে খুব ভালো করে ভাজতে হবে। মশলা একটুখানি ভাজা ভাজা হলেই আমরা টোম্যাটোকুচি এর মধ্যে দিয়ে দেবো। এবারে একটা বাটিতে হলুদগুঁড়ো, জিরেগুঁড়ো আর লঙ্কার গুঁড়ো দিয়ে একটুখানি জল দিয়ে মিশিয়ে সেই মশলাটা দিতে হবে। স্বাদমতো নুন দিতে হবে। মশলা যখন ভালো করে কষা হয়ে যাবে তখন দেখবেন যে মশলা থেকে তেল বেরিয়ে আসবে।

এবারে ভেজে রাখা আলু আর কপিগুলো দিতে হবে। আলু-কপি দিয়ে খুব ভালো করে মশলার সঙ্গে মিশিয়ে কিছুক্ষণ মাঝারি আঁচে কষতে হবে। এবারে পরিমাণমতো উষ্ণ জল দিয়ে জল ফুটে উঠলে আঁচ কমিয়ে ঢাকা দিতে হবে। আলু আর কপি সিদ্ধ হয়ে গেলে চিংড়ি মাছগুলো দিয়ে একমিনিট মতন ফুটিয়ে নিয়ে তার পরে উপর থেকে ঘি দিয়ে গ্যাস বন্ধ করে গরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করতে হবে।



কচুপাতা চিংড়ি

কী কী লাগবে

চিংড়ি ৫০০ গ্রাম, কচুপাতা ১০টি, সর্ষেবাটা ২ টেবিল চামচ, কাঁচালঙ্কাবাটা ২ চা-চামচ, কাঁচালঙ্কা ২টি + ২টি (চেরা), নারিকেলকোরা ২ টেবিল চামচ, হলুদ ১/২ চা-চামচ, স্বাদমতো লবণ, সর্ষের তেল ৩ টেবিল চামচ + ১ টেবিল চামচ, লেবু - ১/২

কীভাবে বানাবেন

কচুপাতা ভালো করে ধুয়ে কুচি করে কেটে নিন। ১৫ মিনিটের জন্য জলে ভিজিয়ে রাখুন। জল ছেকে কচুপাতা গ্যাসপ্রুফ পাত্রে রাখুন। পাতাগুলি জল, লেবু এবং এক চিমটি নুন দিয়ে সিদ্ধ করুন। তারপর জল ফেলে দিন, জল ফেলে দেওয়া এই রান্নার একটি গুরুত্বপূর্ণ ধাপ, কারণ এটি গলায় চুলকানির সম্ভাবনা দূর করে। একটি

পাত্রে সর্ষেবাটা, কাঁচালঙ্কাবাটা, নারিকেলকোরা, হলুদগুঁড়ো, নুন ও সামান্য জল দিয়ে মিশিয়ে নিন। চিংড়ি মাছ নুন ও হলুদের গুঁড়ো দিয়ে মেখে নিন। একটি কড়াইয়ে তেল গরম করুন, চিংড়ি মাছ হালকা বাদামি হওয়া পর্যন্ত ভেজে নিন (আগেই বলেছি, অতিরিক্ত রান্না করবেন না, তা হলে চিংড়ি শক্ত হয়ে যাবে)। চিংড়ি আলাদা করে রাখুন। একই কড়াইয়ে সর্ষে আর নারিকেলবাটা দিন এবং কয়েক মিনিট নেড়ে নিন। তারপর কাঁচালঙ্কা দিন। সিদ্ধ করা কচুপাতা দিন, মিশিয়ে ৫-৬ মিনিট কম আঁচে নাড়ুন। গ্যাস বন্ধ করুন। পদটি একটি পরিবেশন পাত্রে তুলে নিন। উপরে কিছুটা সর্ষের তেল ছড়িয়ে দিন। গরম গরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন।



কাজুবাটা মুরগি

কী কী লাগবে

মুরগির মাংস ৫০০ গ্রাম, কাঁচালঙ্কা ৪-৫ টা, পেঁয়াজবাটা ১ কাপ, আদাবাটা ১ চা-চামচ, রসুনবাটা ২ চা-চামচ, জলঝরানো টকদই ১ টেবিল চামচ, কাজুবাদামবাটা ২ টেবিল চামচ, পোস্তবাটা ১ টেবিল চামচ, এলাচ ১টা, লবঙ্গ ২টি, দারচিনি ১ ইঞ্চি, গোটা গোলমরিচ ১/২ চা-চামচ, নুন-চিনি স্বাদমতো, সাদা তেল

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে মাংসটা ভালো করে টকদই, নুন ও সর্ষের তেল দিয়ে ম্যারিনেট করে রাখুন। এবার কড়াইতে তেল গরম করে তাতে গোটা গরমমশলা ফোড়ন দিন। পেঁয়াজবাটা, আদাবাটা, রসুনবাটা দিয়ে কষুন। ওর মধ্যে ম্যারিনেট করা মাংসটি দিয়ে কষতে থাকুন। ঢেকে অল্প আঁচে রান্না করুন। সিদ্ধ হলে কাজুবাদামবাটা, পোস্তবাটা, চেরা কাঁচালঙ্কা, চিনি আর ঘি মিশিয়ে আরও কিছুক্ষণ ঢেকে রান্না করুন। বেশ গা-মাখা গা-মাখা হলে নামিয়ে নিন।



সমিতা দাস



নারিকেলবাটা দিয়ে পমফ্রেট

কী কী লাগবে

পমফ্রেট ৫০০ গ্রাম, নারিকেলের দুধ ১ কাপ, পেঁয়াজ ১টি, আদাবাটা ১ টেবিল চামচ, জিরেগুঁড়ো ১ চা-চামচ, হলুদগুঁড়ো ১ চা-চামচ, গরমমশলা ১/২ চা-চামচ, তেজপাতা ২টি, ভিনিগার ২ চা-চামচ, কাঁচালঙ্কা ৪-৫টি, ধনেপাতা ১ কাপ, লেবুর রস ১ চা-চামচ, নুন স্বাদমতো, তেল পরিমাণমতো

কীভাবে বানাবেন

পমফ্রেট ভাল করে ধুয়ে জল ঝরিয়ে নিন। তারপর মাছগুলোতে লেবুর রস, গরমমশলাগুঁড়ো আর হলুদগুঁড়ো মাখিয়ে রাখুন। এবার কড়াইয়ে সর্বের তেল দিয়ে মাছগুলি ভাল করে ভাজুন। মাছ সোনালি হয়ে এলে কড়াই থেকে নামিয়ে আলাদা করে সরিয়ে রাখুন। অন্যদিকে ব্লেন্ডারে জিরেগুঁড়ো, ভিনিগার, ধনেপাতা ও তেজপাতা বেটে একটি মিশ্রণ তৈরি করুন। কড়াইয়ের তেল গরম হলে তাতে পেঁয়াজকুচি, কাঁচালঙ্কা ও আদাবাটা দিয়ে নাড়তে থাকুন। তারপর তৈরি করে রাখা মিশ্রণটা দিয়ে দিন। একটু কষার পর নারিকেলের দুধ মিশিয়ে আবারও কিছুক্ষণ কষুন। কিছুক্ষণ পর নারিকেলের দুধ ফুটে উঠলে তাতে ভেজে রাখা মাছগুলি দিয়ে ঢাকা দিয়ে দিন। ৬-৭ মিনিট পর ঢাকা খুলে থ্রেডি ঠিকমতো হয়েছে কি না দেখুন। হয়ে গেলে নামিয়ে গরম গরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন।



দই দিয়ে গলদা চিংড়ি

কী কী লাগবে

চিংড়ি মাছ ৫০০ গ্রাম, গোটা গরমমশলা ১০ গ্রাম, তেজপাতা ২টি, পেঁয়াজবাটা ১ কাপ, আদা-রসুন বাটা ১ টেবিল চামচ, কাঁচালঙ্কাবাটা ১ টেবিল চামচ, গোটা কাঁচালঙ্কা ৩টি, টকদই ১ কাপ, ধনেগুঁড়ো ১ টেবিল চামচ, জিরেগুঁড়ো ১ টেবিল চামচ, হলুদগুঁড়ো ১ চা-চামচ, গরমমশলাগুঁড়ো আধ চা-চামচ, নুন আর চিনি স্বাদমতো

কীভাবে বানাবেন

চিংড়ি মাছে নুন আর সামান্য হলুদ মাখিয়ে হালকা করে ভেজে তুলে রাখুন। সেই তেলেই গোটা গরমমশলা ফোড়ন দিয়ে পেঁয়াজ, আদা-রসুন, কাঁচালঙ্কাবাটা দিয়ে ভাল করে কষিয়ে নিন। এ বার একটি পাত্রে দই নিয়ে তার সঙ্গে ধনেগুঁড়ো, জিরেগুঁড়ো, গরমমশলাগুঁড়ো আর চিনি, নুন দিয়ে ভাল করে ফেটিয়ে নিন। পেঁয়াজ লালচে হয়ে এলে দইয়ের মিশ্রণ ঢেলে ভাল করে কষিয়ে নিন। তারপর সামান্য জল দিয়ে গোটা কাঁচালঙ্কা আর চিংড়ি মাছগুলি দিয়ে ভাল করে ফুটিয়ে নিন মিনিট পাঁচেক। গরমাগরম ভাতের সঙ্গে পরিবেশন করুন দই চিংড়ি।



ঘি পোলাও

কী কী লাগবে

বাসমতী চাল, ঘি, গোটা গরমমশলা, তেজপাতা, আদাকুচি, কাজুবাদাম, কিশমিশ, পেঁয়াজকুচি, দুধ, নুন, চিনি

কীভাবে বানাবেন

বাসমতী চাল ৩০ মিনিট ভিজিয়ে রাখুন। আদা মিহি করে কুচিয়ে রাখতে হবে। এবার প্রেসার কুকারে ঘি দিয়ে গোটা গরমমশলা দিন। ওর মধ্যে চাল মিশিয়ে হালকা ভেজে নিন। আগে থেকে ঘি দিয়ে কাজুবাদাম, কিশমিশ, পেঁয়াজ ভেজে রাখুন। চাল ভাজা হলে ওর মধ্যে নুন, এককাপ দুধ আর জল মিশিয়ে নিন। উপর থেকে কাজু, কিশমিশ, পেঁয়াজভাজা, হাফ চামচ ঘি ছড়িয়ে প্রেসার কুকার বন্ধ করুন। ৩০ মিনিট লাগবে রান্না হতে। ৫টি সিটি পড়লে নামিয়ে নিন। হয়ে গেছে বুঝলে চিনি, আরও কিছুটা ঘি মিশিয়ে নিন। এই পোলাও পনির, মাছের কালিয়া অথবা মাংসের সঙ্গে পরিবেশন করুন।



কাতলা কালিয়া

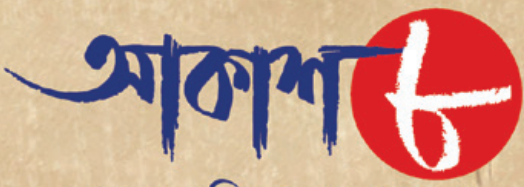
কী কী লাগবে

কাতলা মাছ ৬ টুকরো, বড় পেঁয়াজ ২টো (১টা বাটা আর ১টা বেরেস্জার জন্য), আদাবাটা ২ চা-চামচ, নুন স্বাদমতো, হলুদগুঁড়ো ১ চা-চামচ, চিনি ১ চা-চামচ, জিরেগুঁড়ো ১ চামচ, টকদই ২ টেবিল চামচ, কিশমিশ ১০-১৫টা, গোটা গরম মশলা (ছোট এলাচ, দারচিনি, লবঙ্গ), গোটা জিরে ১/২ চা চামচ, শুকনোলক্ষা ১টা, তেজপাতা ১টা, সর্ষের তেল ৪ টেবিল চামচ, কাঁচালক্ষা ২টো, ঘি ২ চা-চামচ, গুঁড়ো গরমমশলা ১/২ চা-চামচ

কীভাবে বানাবেন

মাছগুলো নুন, হলুদগুঁড়ো মাখিয়ে ভেজে তুলে নিন। গোটা গরমমশলা, তেজপাতা, শুকনোলক্ষা, গোটা জিরা ফোড়ন দিয়ে পেঁয়াজবাটা, আদাবাটা, নুন, চিনি, হলুদগুঁড়ো, লক্ষাগুঁড়ো, জিরেগুঁড়ো দিয়ে কষুন। ফেটানো টকদই দিয়ে আরও কিছুসময় কষুন। কিশমিশ আর জল দিয়ে ফুটে উঠলে ভাজা মাছগুলো দিয়ে ঢেকে রান্না করুন। ঘি, গরমমশলাগুঁড়ো, বেরেস্জা ছড়িয়ে নামিয়ে নিন।





বাংলার নিজের চ্যানেল

সময়ের হাত ধরে আজও সবার মুখে



বাংলা টেলিভিশনের সবথেকে বেশি সময় ধরে চলা
কুকিং শো 'রাঁধুনি' পা রাখলো ১৬ বছরে।

এতদিন ধরে আপনাদের রসনা ও হৃদয় জয়
করতে পেরে আমরা আনন্দিত।



'রাধুনি'-তে অংশগ্রহণ করতে চোখ রাখুন আকাশ আন্টের পর্দায়।

প্রতিদিন, দুপুর ১:৩০ ও বিকেল ৫:৩০

আকাশ আন্ট দেখুন সম্পূর্ণ বিনামূল্যে। দেখতে না পেলে আপনার কেবল বা ডি টি এইচ অপারেটরের সঙ্গে যোগাযোগ করুন।



সময়ের
হাত ধরে
আজও
সবার মুখে



পম্পা মান্না

বাঁশ পাতায় চিকেন পাতুরি

কী কী লাগবে

চিকেন, জল ঝরানো টকদই, পেঁয়াজকুচি, রসুনকুচি, ধনেপাতা-কাঁচালঙ্কা একসঙ্গে বাটা, গোলমরিচগুঁড়ো, হলুদগুঁড়ো, সর্ষের তেল, নুন, বাঁশপাতা

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে একটি সার্ভিং বোলে চিকেন নিয়ে সঙ্গে জল ঝরানো টকদই, পেঁয়াজকুচি রসুনকুচি, ধনেপাতা-কাঁচালঙ্কা একসঙ্গে বাটা, গোলমরিচগুঁড়ো, নুন, হলুদগুঁড়ো ও সর্ষের তেল দিয়ে ম্যারিনেট করে নিতে হবে। এবার কয়েকটি বাঁশপাতা রেখে তার মধ্যে ম্যারিনেট করা চিকেন দিয়ে বাঁশপাতা মুড়ে সুতো দিয়ে বেঁধে নিয়ে আগে থেকে তাওয়াতে সর্ষের তেল গরম করে ফ্রাই করে নিলেই তৈরি বাঁশ পাতায় চিকেন পাতুরি।

সময়ের
হাত ধরে
আজও
সবার মুখে



মৌসুমী পাল

লাউপাতায় ইলিশ পাতুরি

কী কী লাগবে

নুন-সর্ষের তেল মাখানো ইলিশ মাছ, সর্ষে-পোস্ত-কাজু-নুন কাঁচালঙ্কা-কাঁচা সর্ষের তেল দিয়ে একসঙ্গে বাটা মিশ্রণ, কাঁচালঙ্কা, সর্ষের তেল

কীভাবে বানাবেন

একটি পাত্রে নুন-সর্ষের তেল দিয়ে মাখানো ইলিশ মাছ সঙ্গে সর্ষে-পোস্ত কাজু-নুন-কাঁচালঙ্কা-কাঁচা সর্ষের তেল দিয়ে একসঙ্গে বাটা মিশ্রণ দিয়ে মাখিয়ে নিতে হবে। এরপর লাউপাতার মধ্যে মশলা মাখানো ইলিশ নিয়ে সঙ্গে গোটা কাঁচালঙ্কা ও সর্ষের তেল ছড়িয়ে লাউপাতা দিয়ে মুড়ে কড়াইতে সর্ষের তেল দিয়ে একে একে লাউপাতায় মোড়ানো ইলিশ মাছ কড়াইতে দিয়ে দুপিঠ ভালোভাবে উল্টেপাল্টে নিয়ে ভাপিয়ে নিলেই তৈরি লাউপাতায় ইলিশ পাতুরি।

সময়ের
হাত ধরে
আজও
সবার মুখে



সুসমা প্রামাণিক

সাবেকি মাছের পোলাও

কী কী লাগবে

সর্ষের তেল, নুন-হলুদ মাখানো মাছ, সাদা তেল, নুন, সা জিরে, তেজপাতা, কাজু, হলুদ দিয়ে ভেজানো শুকিয়ে নেওয়া বাসমতী চাল, চিনি, খোয়া ক্ষীর, গোটা গরমমশলা-তেজপাতা শুকনোলঙ্কা দিয়ে ফুটিয়ে রাখা, জল, গোলমরিচের গুঁড়ো

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে একটি ফ্রাইং প্যানে সর্ষের তেল গরম করে নুন-হলুদ মাখানো মাছ ভেজে নিতে হবে। এবার একটি ফ্রাইং প্যানে সাদাতেল আর ঘি গরম করে সা জিরে, তেজপাতা ফোড়ন দিয়ে কাজু হালকা নেড়েচেড়ে হলুদ দিয়ে ভেজানো শুকিয়ে নেওয়া বাসমতী চাল কড়াইতে দিয়ে চিনি, নুন, ক্ষোয়া ক্ষীর দিয়ে ভালো করে মিশিয়ে সঙ্গে ভেজে রাখা মাছগুলো দিয়ে গোটা গরমমশলা তেজপাতা-শুকনোলঙ্কা দিয়ে ফুটিয়ে রাখা জল দিয়ে সামান্য নেড়ে ঘি গোলমরিচগুঁড়ো দিয়ে নেড়েচেড়ে কড়াই চাপা দিয়ে দিতে হবে। ফুটে গেলে গরম গরম পরিবেশন করুন সাবেকি মাছের পোলাও।

সময়ের
হাত ধরে
আজও
সবার মুখে



মনীষা পাল

বোয়াল মাছের দম

কী কী লাগবে

লেবুর রস ও নুন মাখানো বোয়াল মাছ, তেজপাতা-জিরে গরমজলে ভাপিয়ে বাটা, পেঁয়াজবাটা, কাশ্মীরি লঙ্কার গুঁড়ো, হলুদগুঁড়ো, আদাবাটা, নুন, সর্ষের তেল, তেজপাতা, শুকনোলঙ্কা

কীভাবে বানাবেন

প্রথমে একটি পাত্রে লেবুর রস ও নুন মাখানো বোয়াল মাছ, তেজপাতা জিরেবাটা, পেঁয়াজবাটা, কাশ্মীরি লঙ্কাগুঁড়ো, হলুদগুঁড়ো, আদাবাটা, নুন দিয়ে ম্যারিনেট করে নিতে হবে। এবার কড়াইয়ে সর্ষের তেল গরম করে ম্যারিনেট করা বোয়াল মাছগুলো একে একে দিয়ে নেড়েচেড়ে কড়াই চাপা দিয়ে গ্যাস সিমের দিতে হবে। মাঝে উল্টে নেড়ে দেবেন। হয়ে গেলে ছোটো কড়াইতে সর্ষের তেল গরম করে তেজপাতা আর শুকনোলঙ্কার ফোড়ন দিয়ে কড়াইতে ঢেলে দিলেই তৈরি বোয়াল মাছের দম।