സിറാജ്

06 January 2020

കലർപ്പില്ലാത്ത കടൽവിഭവങ്ങളുടെ ഭക്ഷ്യമേള നാളെ മുതൽ

കൊച്ചി | നീരാളി വിഭവങ്ങൾ, കല്ലുമ്മക്കായ നിറച്ച് പൊരിച്ചത്, ചെമ്മീൻ കൂന്തൽ ഞണ്ട് രുചിക്കൂട്ടുകൾ, ജീവനുള്ള കടൽ മുരിങ്ങ... കലർപ്പില്ലാത്ത കടൽ വിഭവങ്ങളുടെ സ്വാദറിയാൻ കേന്ദ്ര സമുദ്രമത്സ്യ ഗവേഷണ സ്ഥാപനത്തിൽ (സി എം എഫ് ആർ ഐ) വരാം. നാളെ മുതൽ മൂന്ന് ദിവസം സി എം എഫ് ആർ ഐയിൽ നടക്കുന്ന കടൽവിഭവങ്ങളുടെ മേളയിൽ വൈവിധ്യമായ ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾക്കൊപ്പം കൃഷിയിടങ്ങളിൽ നേരിട്ടെത്തിച്ച പിടക്കുന്ന മീനുകളും അലങ്കാരമത്സ്യങ്ങളും ലഭ്യമാകും.

സമുദ്രമത്സ്യ മേഖലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന ശാസ്ത്രജ്ഞരുടെ കൂട്ടായ്മയായ മറൈൻ ബയോളജിക്കൽ അസോസിയേഷൻ ഓഫ് ഇന്ത്യ (എം ബി എ ഐ) സംഘടിപ്പിക്കുന്ന മൂന്നാമത് രാജ്യാന്തര സിമ്പോസിയത്തിന്റെ (മീകോസ്3) ഭാഗമായാണ് പൊതുജനങ്ങൾക്കായി ഭക്ഷ്യമേള ഒരുക്കുന്നത്.

നീരാളിയുടെ ബിരിയാണി, പുട്ട്, റോസ്റ്റ്, മൊമോ തുടങ്ങിയ വിഭവങ്ങൾ മേളയിൽ ലഭിക്കും. അനേകം പോഷകഗുണങ്ങളടങ്ങിയിട്ടുള്ള മികച്ച കടൽഭക്ഷ്യവമാണ് നീരാളി. എന്നാൽ ആഭ്യന്തര വിപണികളിൽ ഇവ ആവശ്യത്തിന് ലഭ്യമല്ല. ഒമേഗ 3 ഫാറ്റി ആസിഡ് ധാരാളം അടങ്ങിയിട്ടുള്ള നീരാളി ഭക്ഷ്യവിഭവം അമിത രക്ത സമർദം കുറക്കുന്നതിനും രക്തത്തിലെ പഞ്ചസാരയുടെ അളവ് നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനും ഉത്തമമാണ്. നീരാളി വിഭവത്തിന്റെ ഗുണമേൻമയെകുറിച്ച് ജനങ്ങളിൽ അവബോധം സൃഷ്ടിക്കുകയും ഇതിനെ ജനകീയമാക്കലും സി എം എഫ് ആർ ഐയിലെ കടൽ ഭക്ഷ്യ മേളയുടെ ലക്ഷ്യമിടുന്നുണ്ട്.

കല്ലുമ്മക്കായ കൊണ്ടുള്ള വിഭവങ്ങളും മേളയിലുണ്ടാകും. ഭക്ഷ്യ പ്രേമികൾക്ക് ഏറെ പ്രിയങ്കരമായ കല്ലുമ്മക്കായ നിറച്ച് പൊരിച്ചത്, കൂന്തൽ റോസ്റ്റ്, ചെമ്മീൻ ബിരിയാണി തുടങ്ങിയ വിഭവങ്ങളും ആസ്വദിക്കാം. ലക്ഷദ്വീപിലെ മിനിക്കോയിൽ നിന്നുള്ള വൈവിധ്യമായ മീൻവിഭവങ്ങളും ലഭിക്കും. ചൂര കൊണ്ടുള്ള ദ്വീപ് വിഭവങ്ങൾ ഏറെ പ്രശസ്തമാണ്.

ഏറെ ഔഷധമൂല്യമുള്ള കടൽ മുരിങ്ങ ജീവനോടെ കഴിക്കാനും മേളയിൽ അവസരമുണ്ട്. സ്വാദൂറുന്ന ഭക്ഷ്യവിഭവങ്ങൾ കഴിക്കുന്നതിനോടൊപ്പം പാകം ചെയ്യാൻ വിധത്തിൽ കഴുകി ശുദ്ധീകരിച്ച നല്ലയിനം ഞണ്ടിറച്ചിയും കൃഷിയിലൂടെ വിളവെടുത്ത ജീവോനോടെയുള്ള മീനുകളും മേളയിൽ ലഭ്യമാകും. ഉച്ചക്ക് 12 മുതലാണ് ഭക്ഷ്യമേള തുടങ്ങുക. രാത്രി എട്ട് വരെ നീണ്ടുനിൽക്കും. പ്രവേശം സൗജന്യമാണ്.