മാധ്യമം

29 December 2023

സി.എം.എഫ്.ആർ.ഐയിൽ ആരംഭിച്ച 'മില്ലറ്റും മീനും' പ്രദർശന ഭക്ഷ്യമേളയിൽനിന്ന്

സീവീഡ് ഹൽവ, നീരാളി ഫ്രൈ, വരഗ് ബിരിയാണി

രുചിവൈവിധ്യങ്ങളുമായി 'മില്ലറ്റും മീനും' പ്രദർശന ഭക്ഷ്യമേള

കൊച്ചി: കടൽപായൽ (സീവീഡ്) ഹൽവ, നീരാളി പൊരിച്ചത്, ചാമ സാഗരസദ്യ, വരഗ് ബിരിയാണി തുടങ്ങി അനേകം ചെറുധാന്യ-മീൻ രുചിവൈവിധ്യങ്ങളുമായി സി.എം.എഫ്.ആർ.ഐയിൽ 'മില്ലറ്റും മീനും' പ്രദർശന ഭക്ഷ്യമേളക്ക് തുടക്കം. ചാമക്കൊപ്പം ചെമ്മീൻ, കൂന്തൽ, കക്ക, മൂന്നുതരം മീൻ വിഭവങ്ങൾ അടങ്ങിയതാണ് ചാമ സാഗരസദ്യ. ബജ്റ ചേർത്തുണ്ടാക്കിയ കപ്പ, ചെറുധാന്യ പാൽക്കഞ്ഞി, തിന-മീൻ ബിരിയാണി, ബജ്റ സ്മൂത്തി, റാഗി ലഡു, സീവീഡ് കുക്കീസ്, മില്ലറ്റ്-ഫ്രൂട്ട് പായസം, ചെറുധാന്യ പലഹാരങ്ങൾ, ലക്ഷദ്വീപിലെ പത്തിരി, മീൻ ചക്കര, നീരാളിവിഭവങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ മേളയിൽ ലഭ്യമാണ്.

വടക്കൻ കർണാടകയിലെ ചെറുധാന്യ കർഷകരുടെ സസ്യഭക്ഷണശാലയാണ് മേളയിലെ മറ്റൊരു ആകർഷണം. ചാമ, റാഗി, തിന, കമ്പ്, ചോളം, വരഗ്, പനിവരക്, [illegible]തിരവാലി എന്നീ ചെറുധാന്യങ്ങളുപയോഗിച്ചുള്ള തനത് വിഭവങ്ങൾ ഇവിടെ ലഭ്യമാണ്. ചോളപ്പം, റാഗി പൂരി, പലഹാരങ്ങൾ, ബാജി എന്നിവയുണ്ട്. സ്ത്രീകൾ ഉൾപ്പെടെ 12 പേരാണ് അവർ കൃഷി ചെയ്ത ചെറുധാന്യങ്ങളുമായി മേളക്ക് എത്തിയത്.

കൂടുകൃഷികളിൽ വിളവെടുത്ത ജീവനുള്ള മത്സ്യങ്ങളും മേളയിൽ വാങ്ങാം. കരിമീൻ, കാളാഞ്ചി, ചെമ്പല്ലി, ഗിഫ്റ്റ് തിലാപ്പിയ എന്നീ മത്സ്യങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്. കർഷകർ, കർഷക ഉൽപാദന കമ്പനികൾ, സ്വയം സഹായക സംഘങ്ങൾ, സംരംഭകർ കാർഷിക സ്റ്റാർട്ടപ്പുകൾ തുടങ്ങിയവർ നേരിട്ടെത്തിക്കുന്ന ചെറുധാന്യങ്ങളും അവയിൽ നിന്നുള്ള മൂല്യവർധിത ഉൽപന്നങ്ങളും മേളയിൽ ലഭ്യമാണ്. മീനുകളിൽ നിന്നുള്ള മൂല്യവർധിത ഉൽപന്നങ്ങളും സുഗന്ധവ്യഞ്ജന ഉൽപന്നങ്ങളുമുണ്ട്. കുരുമുളക് ചെടികൾ, കുറ്റിക്കുരുമുളക്, ഇഞ്ചി, കൂൺ എന്നിവ ഇന്ത്യൻ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഓഫ് സ്പൈസസ് റിസർച്ചിന്റെ സ്റ്റാളിലുണ്ട്. ശനിയാഴ്ച സമാപിക്കും. രാവിലെ 11 മുതൽ രാത്രി എട്ട് വരെയാണ് മേള.

രുചിവൈവിധ്യങ്ങളുമായി പാചകമത്സരം

മേളയുടെ ഭാഗമായി നടന്ന പാചകമത്സരം വിഭവങ്ങളുടെ വൈവിധ്യംകൊണ്ട് ശ്രദ്ധേയമായി. ചെറുധാന്യങ്ങളും കൂന്തൽ, ചെമ്മീൻ, ഞണ്ട് എന്നിവയും ഉപയോഗിച്ചുള്ള കടൽകൂട്ട് പിടി, കമ്പ് ബിരിയാണി, ആവോലി നിർവാണ, റാഗിപൂരി, മില്ലറ്റ് കാവ, മൾട്ടി മില്ലറ്റ് പുട്ട് തുടങ്ങി കൊതിയൂറും രുചിക്കൂട്ടുകൾ മത്സരത്തിനായി തയാറാക്കി. 10 വനിതകളാണ് മത്സരത്തിനുണ്ടായിരുന്നത്.

മേളയിൽ ഇന്ന്

കർണാടകയിലെ മില്ലറ്റ് പാചക വിദഗ്ധർ അവതരിപ്പിക്കുന്ന ചെറുധാന്യങ്ങളുടെ കുക്കറി ഷോ - രാവിലെ 10 മുതൽ 12.30 വരെ. പോഷണ-ആരോഗ്യ ചർച്ചകൾ -വൈകു. മൂന്നുമുതൽ അഞ്ചുവരെ