



18

ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕೃತಿ

ನೀವು ಭಾರತದ ಯಾವ ನಗರಕ್ಕೆ ಹೋದರೂ ಅಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮೂರಿನ ಊಟ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಆ ಊಟಕ್ಕೆ ಆ ಪ್ರದೇಶದ ರುಚಿಯೂ ತಳುಕು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುತ್ತದೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಆಫ್ರಿಕಾದಿಂದ ಬಂದ ಕೆಂಪು ಮೆಣಸು, ಚೀನಾದಿಂದ ಬಂದ ಚೆಕ್ಕೆ, ಯೂರೋಪಿನಿಂದ ಬಂದ ಹೂಕೋಸು- ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ವೆಜ್ ಪುಲಾವ್ ತಯಾರಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ! ಆಹಾರದ ವಲಸೆ ಜಾಗತಿಕ ಗಡಿಗಳನ್ನೂ ಮೀರಿ ಬೆಳೆದಿದೆ.

★ ಎಸ್. ತುಂಬೇಮನೆ

ಲೇಖನಗಳು

- 6 ಗೋಲ್ಡನ್ ಷೆವರ್! - ಸ್ನೇಹಾಲಿ ಗಾಂವ್ಕರ್
- 8 ಸಿಳ್ಳೆ ಬಾತುಕೋಳಿ - ಪ್ರಮೋದ ಹರಿಕಾಂತ್
- 30 ಮಗುವಿಗೆ ಲಸಿಕೆ ಹಾಕಿಸಿದ್ದೀರಾ? - ಡಾ.ವಿನಯ ಶ್ರೀನಿವಾಸ್
- 38 ದಾಸಪತ್ರೆಯ ತಾಪತ್ರಯ - ನರಸಿಂಹ ಹೆಗಡೆ ವಾನಳ್ಳಿ
- 40 ಕಲಾಲೋಕದ ಮೈಸೂರ ಮಲ್ಲಿಗೆ - ಮಹತಿ
- 42 ಮಳೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಬಂತಾ? - ಸರೋಜಾ ಪ್ರಕಾಶ
- 62 ವೆಜ್ ಹಾಟ್‌ಡಾಗ್ ರೋಲ್ - ಹೆಚ್.ಆರ್.ರಾಧಿಕಾರಾವ್

ಫ್ಯಾಷನ್- ಪ್ರವಾಸ

- 32 ಪುರುಷರನ್ನೂ ಸೆಳೆವ ಪ್ಲಾಟಿನಂ - ಅವನೀಶ್
- 34 ಗ್ವಾಲಿಯರ್‌ನಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸುತ್ತು.. - ಎನ್.ಎಸ್.ತಾರದಾ



ಸೋಯಾ ಚಂಕ್ಸ್
ನಿಕಾನ್ ಕ್ಯಾಮೆರಾ

ಕಥೆ-ಧಾರಾವಾಹಿ

- 44 ಮನದ ಕದ ತೆರೆದಾಗ - ಸುನಂದಾ ಹಾಲಭಾವಿ

50 ಹಾವು ಎಣಿ-12 ಪಾರ್ವತಿ ಪಿಟಗಿ



72 ವಂಡರ್ ಪುಟ

10 ದಿನ ಟ್ರಾಫಿಕ್ ಜಾಮ್
- ಸಿಂಚನಾ ಎಸ್.ಎನ್.

74 ಚಿತ್ರಸುಧಾ



ಮಳೆ ಹುಡುಗನೊಂದಿಗೆ ರಾಧಿಕಾ!

-ರಘು

ಕಾಲಿಗಿಂತ ಬೂಟು ದೊಡ್ಡದು..

-ಅಮಿ



17 ಜುಲೈ 2014

ಸಂಪುಟ 50 ಸಂಚಿಕೆ 29



ಸಂಪಾದಕ
ಕೆ.ಎನ್. ತಿಲಕ್ ಕುಮಾರ್

ನಿರೀಕ್ಷಿಸಿ

ಕೃತಕ ಕಾಲಿನ ಹೆಜ್ಜೆ ಗುರುತು!

ಮುಖಪುಟ ವಿನ್ಯಾಸ
ಈಶ್ವರ ಎಸ್.ಬಡಿಗೇರ್

ವಿಳಾಸ:
ಸಂಪಾದಕರು, 'ಸುಧಾ' ವಾರಪತ್ರಿಕೆ,
75, ಮಹಾತ್ಮ ಗಾಂಧಿ ರಸ್ತೆ,
ಬೆಂಗಳೂರು 560 001
ದೂರವಾಣಿ: 25880000
ಫ್ಯಾಕ್ಸ್: 25880618

ಇ-ಮೇಲ್:
editorsu@sudha.co.in

ಸ್ಥಿರ ಶೀರ್ಷಿಕೆಗಳು

- 10 ವಿಚಾರ ಲಹರಿ-ಮಾತೆ ಮತ್ತು ● 12 ನಿಮ್ಮೊಡನೆ ● 14 ನೀವು ಕೇಳಿದಿರಿ ● 16 ಹೆಲ್ಪ್ ಫ್ಲೈನ್ - ಸಮುದ್ರ ಮಥನ
● 48 ಜಾಣರ ಪೆಟ್ಟಿಗೆ ● 57 ಕ್ವಿಜ್ ● 58 ಸುಖೀಭವ ● 59 ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೇಕೆ? ● 60 ನಗೆಹೊನಲು ● 61 ನಕ್ಕುಬಿಡಿ
● 64 ಎಳೆಯರ ಅಂಗಳ ● 66 ಕಾಮಿಕ್ಸ್ ● 67 ಆಹಾ ಸುದ್ದಿ! ● 68 ಪದಬಂಧ ● 69 ಭವಿಷ್ಯ ● 70 ನಿಮ್ಮ ಪುಟ ● 78 ಸೆಲ್ಫಿಟಿ