



ಹುಣಸೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯ ಉಂಡೆ ಹುಳಿ

‘ಉಂಡೆ ಹುಳಿ’ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟದ ತಪ್ಪಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಹುಳಿ ಮರ. ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶದ ಗೃಹಿಣಿಯರು ಅಡುಗೆಗೆ ಉಂಡೆ ಹುಳಿಯನ್ನು ಹುಣಸೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

■ ಚಿತ್ರ ಬರಹ: ಸಹನಾ ಕಾಂತಬೈಲು

‘ಉಂಡೆ ಹುಳಿ’ ರಿಂದ ಬರುವಾಗ ಏನನ್ನೂ ತರಬೇಡ. ಉಂಡೆ ಹುಳಿ ಹುಡಿ ಒಂದನ್ನು ಬಿಟ್ಟು

- ಇದು ಅಮೆರಿಕಕ್ಕೆ ಹೊರಟು ನಿಂತ ನನ್ನ ತಾಯಿಗೆ ಅಲ್ಲಿಂದ ತಂಗಿ ಫೋನಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದ ಮಾತು. ಹಾಂ. ಏನಿದು ಉಂಡೆ ಹುಳಿ? ಅನೇಕರಿಗೆ ಇದರ ಪರಿಚಯವೂ ಇರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

‘ಉಂಡೆ ಹುಳಿ’ ಪಶ್ಚಿಮ ಘಟ್ಟದ ತಪ್ಪಲಿನ ಪ್ರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಹುಳಿ ಮರ. ಇದಕ್ಕೆ ಚೆಂಡು ಹುಳಿ, ಎಸಳು ಹುಳಿ, ಕೆತ್ತೆ ಹುಳಿ ಎಂಬ ಹೆಸರುಗಳೂ ಇವೆ. ಕರಾವಳಿ ಪ್ರದೇಶದ ಗೃಹಿಣಿಯರು ಅಡುಗೆಗೆ ಉಂಡೆಹುಳಿಯನ್ನು ಹುಣಸೆಗೆ ಪರ್ಯಾಯವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಉಂಡೆ ಹುಳಿಯ ತವರೂರು ಭಾರತ. ಥಾಯ್‌ಲ್ಯಾಂಡ್, ಬರ್ಮಾಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾರೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ, ಉಡುಪಿ, ಕಾಸರಗೋಡು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಡೆ ಹುಳಿ ಹೇರಳವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಲಕುಚ, ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ‘ಮಂಕಿ ಜಾಕ್’ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ದೀವಿ ಹಲಸಿನ ವರ್ಗಕ್ಕೆ ಸೇರಿದೆ.

ಕಿತ್ತಳೆ ಹಣ್ಣನ್ನು ಹೋಲುವ ಉಂಡೆಹುಳಿಯ ಮೈ ಏರುತಗ್ಗುಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದೆ. ಎಲೆಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಉಂಡೆ ಹುಳಿಯ ಎಲೆಗಳಂತಿವೆ. ಎಳೆಯ ಕಾಯಿಗಳು ಹಸಿರು ಬಣ್ಣದಲ್ಲಿರುತ್ತವೆ. ಹಣ್ಣಾದಂತೆ ಹಳದಿ ಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗುತ್ತವೆ. ಉಂಡೆ ಹುಳಿ ಮರಗಳು ಎತ್ತರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ.

ಮಾರ್ಚ್‌ನಿಂದ ಮೇವರೆಗಿನ ಅವಧಿ ಉಂಡೆ ಹುಳಿ

ಹೇರಳವಾಗಿ ದೊರೆಯುವ ಕಾಲ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನರು ದೂರದ ಕಾಡಿನಿಂದ ಬಲಿತ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತು ಮನೆಗೆ ತಂದು ಅವುಗಳನ್ನು ತೆಳ್ಳಗೆ ಕತ್ತರಿಸಿ ಬಿಸಿಲಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಂತರ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಬೀಜಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು ತಿರುಳನ್ನು ಹುಡಿ ಮಾಡಿ ಉಪ್ಪಿನೊಂದಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಇಡುತ್ತಾರೆ. ಈ ಹುಡಿ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಕೆಡುವುದಿಲ್ಲ. ಸಾರು, ಸಾಂಬಾರು ಚಟ್ಟಿ ಇತ್ಯಾದಿ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಹುಣಸೆಹಣ್ಣಿನಂತೆ ಬಳಸುತ್ತಾರೆ.

ಉಂಡೆ ಹುಳಿ ಹಣ್ಣಿನಿಂದ ಶರಬತ್ತು ತಯಾರಿಸಬಹುದು. ಅದು ಪಿತ್ತನಾಶಕ. ಅರ್ಜೀಣ, ಹೊಟ್ಟೆ ಉಬ್ಬರಿಸುವಿಕೆಗೆ ರಾಮಬಾಣ. ಬಲಿತ ಕಾಯಿಗಳಿಂದ ತಯಾರಿಸಿದ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಬಲು ರುಚಿ.

ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಉಂಡೆಹುಳಿಗೆ ಈ ವರ್ಷ ಬೇಡಿಕೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ. ಗ್ರಾಮೀಣ ಜನರು ಬೇಸಾಯದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಉಂಡೆಹುಳಿ ಕಾಯಿಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಸಂಸ್ಕರಿಸಿ ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾರೆ. ಒಂದು ಮರದಿಂದ ಒಂದು ಕ್ವಿಂಟಲ್‌ನಷ್ಟು ಒಣಗಿಸಿದ ಹುಳಿ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಕಿಲೋಗೆ 250 ರೂ. ಬೆಲೆ ಇದೆ.

ಉಂಡೆಹುಳಿ ಮರ ತುಂಬ ಗಟ್ಟಿ, ಗೆದ್ದಲು ನಿರೋಧಕ. ಮನೆ ಕಟ್ಟಲು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಉಂಡೆಹುಳಿ ಮರಗಳನ್ನು ಕೃಷಿಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ, ತೋಟದ ಬದುಗಳಲ್ಲೂ ಬೆಳೆಯಬಹುದು.