



ಶೀರ್ಷಹಳ್ಳಿ ಕೋಟೆಗದೆಯ ಬಾಳೆ ಸಂಸ್ಕರಣಾ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಬಾಕಾಹು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ತಯಾರಿ

ಜೈವ ಹೋ ಬಾಕಾಹು



ನಾಡಿನ ಆಡುಗೆಮನೆಗಳಲ್ಲಿನ ಹೊಸ ರುಚಿ 'ಬಾಕಾಹು'. ಬಾಳೆ ಕಾಯಿಯಿಂದ ಮಾಡುವ ಹುಡಿ ಹಲವು ರುಚಿಗಳಿಗೆ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಹುರೂಪಿ.

■ ನಾ. ಕಾರಂತ ಪೆರಾಜೆ

‘ಬಾಕಾಹು’ ಕನ್ನಡಿನಾದ್ಯಂತ ಹಬ್ಬುತ್ತಿರುವ ತಂಗಾಳಿ. ಮನೆಯ ಅಮ್ಮಂದಿರಲ್ಲಿಗೆ ಬಾಕಾಹು ಮಂತ್ರ! ಎಲ್ಲಿಯವರೆಗೆ ಅಂದರೆ ಪ್ರಧಾನಿ ನರೇಂದ್ರ ಮೋದಿಯವರ ತನಕ! ಅವರು ‘ಮನ್ ಕೀ ಬಾತ್’ ಭಾಷಣದಲ್ಲಿ (ಆಗಸ್ಟ್ 1) ಕನ್ನಡಿನ ಗೃಹಣಿಯರ ‘ಬಾಳೆ ಪ್ರೀತಿ’ಯನ್ನು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿದ್ದರು.

ಬಾಕಾಹು, ಏನಿದು?

ಬಾಳೆ ಕಾಯಿ ಹುಡಿ ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತಗೊಂಡು ಬಾಕಾಹು. ಎಲ್ಲಾ ಖಾದ್ಯಗಳಿಗೆ ಹೊಂದುವ ಈ ಹುಡಿಯು ಮೈದಾ, ಗೋಧಿಗಳ ಬದಲಿ ಒಳಸುರಿಯಾಗಿ ಅಡುಗೆ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವೀಕೃತವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರದಲ್ಲಿದ್ದು ಉಪವಾಸ ಕಾಲದ ಆಹಾರ. ಇದನ್ನು ಮನೆಮಂದಿ ಸೇರಿ ಮಾಡಬಹುದು, ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಹುದು, ಬೇಕಾದಾಗ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ದೈನಂದಿನ ಖಾದ್ಯಗಳನ್ನು ಮಾಡಬಹುದು ಎಂದು ಕನ್ನಡಿನ ಗೃಹಣಿಯರು, ಅದರಲ್ಲೂ ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯವರು ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಇಡೀ ಬಾಳೆಕಾಯಿ ಅಥವಾ ಸುಲಿದ ಬಾಳೆಕಾಯಿಯನ್ನು ಚಿಕ್ಕ ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ,

ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಒಣಗಿಸಿ, ಪುಡಿ ಮಾಡಿದರೆ ಬಾಕಾಹು ಸಿದ್ಧ. ಸುಲಿದ ಬಾಳೆಕಾಯಿ ಹುಡಿಯು ಮಸುಕು ಬಿಳಿಯದಾದರೆ, ಸಿಪ್ಪೆ ಸುಲಿಯದ್ದು ನಸು ಕಂದು ಬಣ್ಣ. ಮನೆಮಟ್ಟದ ಬಳಕೆಗೆ ಈ ಸಂಸ್ಕರಣೆ ಸಾಕು. ವಾಣಿಜ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಗಾದರೆ ಡ್ರೈಯರ್, ಪಲ್ವರೈಸರ್ ಬೇಕಾದೀತು.

‘ಲೀಟರ್ ನೀರಿಗೆ ಕಾಲು ಲೀಟರ್ ಅನ್ನದಿಂದ ಒಸಿದ ತೆಳಿ(ಗಂಜಿ)ಗೆ ಎರಡು ಚಮಚೆ ಉಪ್ಪು ಸೇರಿಸಿ. ಬಾಳೆಕಾಯಿಯು ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಈ ದ್ರಾವಣದಲ್ಲಿ ಕಾಲು ಗಂಟೆ ನೆನೆ ಹಾಕಿ. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಅದರ ಅರುಚಿ ಮಾಯವಾಗಿ ಬಣ್ಣ ಬದಲದೆ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ’ ಎನ್ನುವ ಉಪಾಯವನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡವರು ‘ಕೇರಳ ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ’ದ ಜೆಸ್ಸಿ ಜಾರ್ಜ್. ಇವರು ಕನ್ನಡಿನ ಗೃಹಣಿಯರ ಉತ್ಸಾಹಕ್ಕೆ ಮೊದಲಿಗೆ ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟಿದವರು.

ಆಂದೋಳನದ ಓನಾಮ

ಜೂನ್ 23. ತುಮಕೂರು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಅತ್ತಿಕ್ಕಟ್ಟೆಯ ನಯನಾ ಆನಂದ್ ಬಾಳೆಕಾಯಿ ಹುಡಿಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಚಿತ್ರ, ವಿವರಗಳನ್ನು ಎಟಿವಿ (ಎನಿ ಟೈಮ್ ವೆಜಿಟೇಬಲ್) ವಾಟ್ಸಾಪ್ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಂಡರು. ಈ ಗುಂಪಿನ ಎಡ್ವಿನ್ ಹಿರಿಯ ಪತ್ರಕರ್ತ ಶ್ರೀ ಪಡ್ರೆ. ನಯನಾ ಹಾಕಿದ

ಪೋಸ್ಟ್ ಬಾಕಾಹು ಆಂದೋಳನಕ್ಕೆ ಶ್ರೀಕಾರ ಬರೆಯಿತು. ಗುಂಪಿನ ಸದಸ್ಯರು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಬಾಕಾಹು ಹಾಗೂ ಖಾದ್ಯಗಳ ಚಿತ್ರ, ಮಾಹಿತಿಗಳನ್ನು ಹರಿಯಬಿಟ್ಟರು. ಹೀಗೆ ಸಿದ್ಧವಾದ ಖಾದ್ಯಗಳು ಐವತ್ತಕ್ಕೂ ಮೀರಿವೆ. ತಾಲಿಪ್ಪುಟ್ಟು, ರೊಟ್ಟಿ, ಕಡುಬು, ತೆಳ್ಳೆವು, ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ಚಕ್ಕುಲಿ, ನಿಪ್ಪುಟ್ಟು, ಪೂರಿ, ದೋಸೆ, ಬಿಸ್ಕೆಟ್, ಕುಕ್ಕಿಸ್ ಡ್ರೈ ಜಾಮೂನು, ಕೇಕ್, ಶಂಕರಪೋಳಿ, ಇಡ್ಲಿ, ದೂಡ್‌ಪೇಡಾ, ಗುಳಿಯಪ್ಪ, ಮಾಲ್ಪ್.. ಅಬ್ಬಾ, ಒಂದೇ ಎರಡೇ.

ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಎಪ್ಪತ್ತನಾಲ್ಕರ ಹರೆಯದ ಊರುತೋಟ ಸುಬ್ರಾಯ ಹೆಗಡೆಯವರು ಬಾಕಾಹು ವಿದ್ಯೆಗೆ ಬೇಸುಹೆಜ್ಜೆ ಕೊಟ್ಟವರು. ಮನೆಯಲ್ಲೇ ತಯಾರಿಸಿ ಅದರಿಂದ ತಾಲಿಪ್ಪುಟ್ಟು, ರೊಟ್ಟಿ, ಶಂಕರಪೋಳಿ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ ಸುದ್ದಿಯು ಜಿಲ್ಲೆಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಹಬ್ಬಿದವು. ಜತೆಗೆ ವಾಣಿಜ್ಯ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಬಾಕಾಹು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಮಾಹಿತಿಗಳು ಗೋಚರವಾದುವು. ಶಿರಸಿ ಬಳಿಯ ಕಾನಳ್ಳಿಯ ಪ್ರಭಾಕರ ಹೆಗಡೆ-ವಸುಂಧರಾ ಹೆಗಡೆ ದಂಪತಿ ಉದ್ಯಮ ಸ್ವರೂಪ ನೀಡಿದರು. ಬೆಳಗಾವಿ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಕೃಷಿಕ ಅಜ್ಜಪ್ಪ ಕುಲಗೋಡು, ಶಿರಸಿಯ ಗಂಗಾ ಹೆಗಡೆ ಹೊಸೂರು, ಮಾತೃಶ್ರೀ ಫುಡ್