



ಆಹಾರ ವೈವಿಧ್ಯ

ಅಂಟಿನ ನಂಟು ಬಲ್ಲವರೇ ಬಲಾಢ್ಯರು



ರಕ್ತಿ

ಎಮ್ಮೆ ತುಪ್ಪ, ಕಾಯಿಸಿ, ಬಿಸಿಯಾರುವ ಮೊದಲೇ ಒಂದೆರಡು ವಿಳ್ಳದಲೆ ಹಾಕುತ್ತಾರೆ. ಆ ಎಲೆಯ ಘಮ ಮನೆಗೆಲ್ಲ ಹರಡಿರುತ್ತದೆ.

ಇಂಥ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಅಂಟು ಹುರಿಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಲ್ಡೆನೆಯಂತೆ, ಪಾತರಗಿತ್ತಿಯ ರೆಕ್ಕೆ ಘತರಗುಟ್ಟುವಂತೆ ಫಳ್ಳಾಗಬೇಕು, ಅಂಟಿನ ಕಾಳುಗಳು. ಬಾಯಿಗಿಟ್ಟರೆ ಕರುಂಕುರುಂ ಎಂದು ಸದ್ದಾಗುತ್ತಿದ್ದಂತೆಯೇ ಕರಗಿ ಹೋಗಿರಬೇಕು. ಹದವಾಗಿ ಕಾದ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹಿಡವಾಗಿ ಹುರಿಯುವುದೇ ಒಂದು ಕಲೆ.

ಖರ್ಜೂರ, ಗೋಡಂಬಿ, ಬಾದಾಮಿ, ಕೇರಬೀಜ, ಒಣ ದ್ರಾಕ್ಷೆ, ಒಣಕೊಬ್ಬರಿ, ಗಸಗಸೆ, ಆಳವಿ, ಎಳ್ಳು, ಎಲಕ್ಕಿ, ಲವಂಗ, ದಾಲ್ಚಿನ್ನ ಅಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಂದೊಂದಾಗಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿ ಹುರಿಯಬೇಕು. ಕೆಲವನ್ನು ಕರಿಯಬೇಕು. ಬೆಲ್ಲದ

ಪಾಕದಲ್ಲಿ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಹಾಕಿ, ಫರಾತಕ್ಕೆ ತುಪ್ಪ ಸವರಿ, ಕರದಂಟನ್ನು ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಣಂತಿಯಿಗೆ ಉಂಡೆ ಕಟ್ಟಿದರೆ, ಗಟ್ಟಿಗರಾಗಲು, ಜಟ್ಟಿಯಂತಾಗಲು ಕರದಂಟು ತಿನ್ನಲು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಕರದಂಟು ತಿಂದ ಬಂಟ, ಎಂದು ಕುಸ್ತಿ ಅಖಾಡದಲ್ಲಿ ಪರಿಚಯಿಸುವಾಗ ವಿಶೇಷಣವೆಂಬಂತೆ ತಿಳಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂದೇ ಗುಕ್ಕಿಗೆ ಇಷ್ಟು ತಿಂದರು, ಅಷ್ಟು ತಿಂದರು ಎಂಬುದು ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಬಾಣಂತಿ ಎಚ್ಚದಲ್ಲಿ ಜಾಯಿಕಾಯಿ, ಬೆಲ್ಲದ್ದೇ ಸಿಂಹಪಾಲು. ಕರದಂಟಿನಲ್ಲಿ ಒಣಹಣ್ಣು, ಒಣಬೀಜಗಳಿದ್ದು ಮೆರವಣಿಗೆ.

ದೇಸಿ ತುಪ್ಪದಲ್ಲಿಯೇ ಮಾಡುವ ಈ ತಿನಿಸು ಆರು ತಿಂಗಳಿಟ್ಟರೂ ಕೆಡದು. ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ಮೆಂತ್ಯಕಾಳು, ಸೋಂಪುನ ಕಾಳು, ಎಲಕ್ಕಿ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಪ್ರಿಸರ್ವೇಟಿವ್ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಕರದಂಟಿನ ಇತಿಹಾಸ ಒಂದೂವರೆ ಶತಮಾನದ ಹಿಂದಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಅಮ್ಮಿನಗಡದ ಸಾವಳೆಗಪ್ಪ

ಕರದಂಟು ಕುಸ್ತಿಪಟುಗಳ ನ್ಯಾರಿ ಆಗಿರುತ್ತಿತ್ತು. ಒಂದು ಲೋಟ ಗಟ್ಟಿ ಹಾಲಿನೊಂದಿಗೆ ಕರದಂಟಿನ ವಡಿ (ಚೌಕಾಕಾರದ ಕರದಂಟು) ತಿನ್ನುವುದು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿತ್ತು. ಪರಿಪೂರ್ಣ ಆಹಾರ ಎಂಬ ಹೆಗ್ಗಳಿಕೆ ಈ ಅಂಟಿಗೆ ಇದೆ.

ರಾಚಪ್ಪ ಐಹೊಳ್ಳಿ ಅವರು 1907ರಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕೆ ಈಗಿನ ಸ್ವರೂಪವನ್ನು ನೀಡಿದರು.

ಹಿಂದೆ ಅಮ್ಮಿನಗಡ ಕರದಂಟು ಸಕ್ಕರೆ ಕರದಂಟಿನಲ್ಲಿ ಹುರಿಗಡಲೆ, ಸೇಂಗಾ ಬೀಜದ ಪುಡಿ ಹೇರಳವಾಗಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂಗಡಿ ಮುಂದಿನ ಗರಡಿ ಮನೆ ಪೈಲ್ವಾನರು ತಮ್ಮ ಕಸರತ್ತಿನ ನಂತರ ಬಂದಿಲ್ಲಿ ಅಂಟು ತಿನ್ನುತ್ತಿದ್ದರು. ಬೇಡಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿದವರೇ ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದೊಂದೇ ಒಣಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸುತ್ತ ಬಂದರು.

ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಬಾದಾಮಿ ನೆನೆಸಿ, ಉತ್ತುತ್ತಿಯೊಂದಿಗೆ ತೇಯ್ತು, ಹಾಲಿಗೆ ಬೆರೆಸಿ ಪೈಲ್ವಾನರಿಗೆ ಕಸರತ್ತು ಆದಮೇಲೆ ಕುಡಿಯಲು ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದವರೇ ತಮ್ಮ ಕರದಂಟಿನಲ್ಲಿಯೂ ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಬೆರೆಸಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಅರೆಯುವ, ತೇಯುವ ಕಷ್ಟವಿಲ್ಲದೆ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಗರಡಿ ಮನೆಮುಂದೆ ದೊರೆಯಲು ಆರಂಭವಾದಾಗ ಪೈಲ್ವಾನರು ಇದನ್ನೇ ಪರಂಪರೆಯಾಗಿಸಿದರು.

ಇದೀಗ ಕರದಂಟು ವಿಪರೀತ ರೂಪಾಂತರ ಹೊಂದಿದೆ. ಅಂಜೀರಿನ ಕರದಂಟು, ಖರ್ಜೂರದ ಕರದಂಟು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಲ್ಲ ಮತ್ತು ಸಕ್ಕರೆ ಎರಡರ ಗೊಡವೆಯೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಣಹಣ್ಣುಗಳ ಲಭ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಕರದಂಟಿನಲ್ಲಿ ವೈವಿಧ್ಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ವಿಜಯಾ ಕರದಂಟಿನ ಸಂತೋಷ ಐಹೊಳ್ಳಿ ಅವರು. ಪ್ರತಿದಿನವೂ ಒಂದು ಟನ್‌ಗಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಕರದಂಟು ತಯಾರಿಸುವ ಇವರು ರಾಜ್ಯಾದ್ಯಂತ

ಮಾರಾಟದ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಅಂಟಿನುಂಡೆ, ಕರದಂಟು ಸೇವಿಸುವ ಬಾಣಂತಿಯರ ಹಾಲಿಗೆ ರುಚಿ ಬರುವುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಪೌಷ್ಟಿಕ ಅಂಶದ ಕೊರತೆ ಆಗದು. ಮಗುವೂ ದಷ್ಟಪುಷ್ಟವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು. ಬೆಲ್ಲ ಧಾರಾಳವಾಗಿ ಬಳಸುವುದರಿಂದ ಒಣಹಣ್ಣುಗಳಿದ್ದರೂ ಕಫ ಕಟ್ಟದು ಎಂಬುದು ಹಿರಿಯರು ಕಂಡುಕೊಂಡ ಅನುಭವ ಆಗಿದೆ. ಹೆಣ್ಣುಮಕ್ಕಳು ಋತುಮತಿಯರಾದಾಗ, ಗರ್ಭಿಣಿಯರಾದಾಗಲೂ ಕೊಬ್ಬರಿ ಖಾರ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತ ಕರದಂಟನ್ನೇ ಬೀರುವ ಪರಂಪರೆ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿದೆ.

ಹಾಡಿನೊಳಗೂ ಕರದಂಟು: ಯಾವ ಮಾಡ್ಯಾನ ಬಂಟ, ತಿಂದಷ್ಟ ರುಚಿ ಉಂಟ, ಅಮ್ಮಿನಗಡ ಕರದಂಟ ಎಂದು ಗುರುರಾಜ ಕೋಟೆ ಅವರು ಹಾಡುಕಟ್ಟಿ ಹಾಡಿದ್ದರು. ಕರದಂಟಿನಷ್ಟೇ ಈ ಹಾಡೂ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗಿತ್ತು. ಕೋಟೆ ಕೊಟ್ಟರೆ ಕೆಲಸವಾಗದು, ಅಂಟು ಕೊಟ್ಟರೆ ನಂಟು ಬೆಳೆದೀತು ಎಂಬ ಮಾತೂ ಈ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಜನಜನಿತವಾಗಿದೆ.

ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಆನಂದಕ್ಕೆ ಕರದಂಟು ಹೇಳಿಮಾಡಿಸಿದ ಸಿಹಿ ಎಂಬುದು ವಿಜಯಾ ಕರದಂಟಿನ ಸಂತೋಷ ಐಹೊಳ್ಳಿ ನಂಬಿದ್ದಾರೆ. ಆ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನೇ ಹಂಚುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಸವಿ ಕರ್ನಾಟಕ

ಹದಿನೈದು ದಿನಗಳಿಗೆ ಒಮ್ಮೆ ಕರ್ನಾಟಕದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳ ವಿಶೇಷ ರುಚಿಗಳನ್ನು ಪರಿಚಯಿಸುವ ಅಂಕಣ.

ಆ ಸವಿಯ ಹಿಂದಿನ ಪರಂಪರೆ, ಪರಿಚಯ ಮತ್ತು ವಿಧಾನಗಳಿರುವ ಬರಹ.

