



ಉಪ್ಪಿಟ್ಟೋ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಗೋವಿಂದ...

■ ಪಿ.ಬಿ. ಪಸನ್ನ

ಕಲೆ: ಸಂತೋಷ್ ಸಸಿಹಿತ್ತು

ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಎದ್ದ ಮೇಲೆ, 'ಇವತ್ ಏನ್ ತಿಂಡಿ?' ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆ ಕೇಳಿಬರೋದು ಸಹಜ. ಆದರೆ ಆ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ 'ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು' ಎಂಬ ಉತ್ತರ ಅಡುಗೆಮನೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಕೇಳಿದವರ ಮುಖ ಸೊಟ್ಟಾಗಿ ಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಬಹುತೇಕರಿಗೆ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅಪ್ರಿಯ. ಹೊಟ್ಟೆ ತಳದಲ್ಲಿ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಕೂತ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಸಂಜೆಯಾದರೂ ಕರಗದ ಕಾರಣ 'ಕಾಂಕ್ರೀಟ್' ಎಂದು ಹಾಸ್ಯ ಮಾಡುವುದೂ ಇದೆ.

ಅದೇಕೋ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲ, ಎಷ್ಟೋ ಮಂದಿಗೆ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟೆಂದರೆ ಅಲರ್ಜಿ. 'ಅಯ್ಯೋ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟಾ?' ಎಂಬ ಗೋಣಗಾಟ, ತಾತ್ತಾರ. ನೆಂಟರು ಹೇಳದೇ ಕೇಳದೇ ಬಂದುಬಿಟ್ಟರೆ ದಿಢೀರನೆ ರವೆ ಹುರಿದು, ಬಿಸಿನೀರು ಹಾಕಿ ಒಂದಿಷ್ಟು ಒಗ್ಗರಣೆ ಕೊಟ್ಟು ತಯಾರಾಗಿಬಿಡುವ ಆಪದ್ಭಾಂಧವ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟೆಂದರೆ ಅಲಕ್ಷ್ಯವೇಕೋ ನಾಕಾಣೆ. ನನ್ನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅಷ್ಟೇನೂ ಸದರವಾದ ಆಹಾರವಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೂ ಒಂದು ರೀತಿ ರಿವಾಜು ಇದೆ. ರವೆಯನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಹುರಿಯಬೇಕು. ಹಿತವಾದ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯೋ ತುಪ್ಪವೋ ಬಿದ್ದಿರಬೇಕು. ಜೀರಿಗೆ, ಸಾಸಿವೆ, ಬ್ಯಾಡಗಿ ಮೆಣಸು, ಉದ್ದಿನಬೇಳೆ, ಕಡಲೆ ಬೇಳೆ, ಕರಿಬೇವಿನ ಸೊಪ್ಪಿನ ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ಈರುಳ್ಳಿ ಕೂಡ ಹೊಂದಿಕೆ ಆಗುವಂಥದ್ದೇ.

ಈರುಳ್ಳಿ ರಹಿತ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಕೂಡ ಆದೀತು. ಹಾಗಾಗೇ ಅದಕ್ಕೆ 'ಏಕಾದಶಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು' ಎಂಬ ಹೆಸರಿದೆ. 'ಆಚೆ ಮನೆ ಸುಬ್ಬಮ್ಮೋರ್ಮ ಏಕಾದಶಿ ಉಪವಾಸ, ಎಳ್ಳೋ ಸ್ವಲ್ಪ ತಿಂತಾರಷ್ಟೇ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅವಲಕ್ಕಿ ಪಾಯಸ' ಎಂಬ ಹಾಡೇ ಇದೆಯಲ್ಲ?

ಮೈಸೂರು ಕಡೆ, ಏನನ್ನೂ ಹಾಕದೆ ಮಾಡೋ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ 'ತಾತನ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು' ಎಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ. ಒಗ್ಗರಣೆ ಹಾಕಿ

ರವೆ ಹುರಿದು ಬಿಸಿನೀರು ಹಾಕಿ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಉಪ್ಪು ಹಾಕಿದರೆ ತಾತನ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ರೆಡಿ. ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡದ ಆಡುಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ಜಗಿಯಲು ಏನೂ ಸಿಗದ ಪೊಟ್ಟುಪೊಟ್ಟಾದ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು. ಹಲ್ಲಿಲ್ಲದಿರುವ ಮುದುಕರು ಈ ಮತ್ತಾಗಿರುವ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ತಿನ್ನಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಈ ಹೆಸರು ದಕ್ಕಿರಬೇಕು.

ಉಪ್ಪಿಟ್ಟಿನಲ್ಲೂ ವೈವಿಧ್ಯವಿದೆ. ಅವರೆಕಾಳು ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ಗೋಧಿತರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ಶ್ಯಾವಿಗೆ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ತರಕಾರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ಇನ್ನೂ ಹಲವು. ಕೆಲವರು ತರಕಾರಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟನ್ನು 'ಖಾರಾಬಾತ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಥರಾವರಿ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿರುವುದರಿಂದ ಈ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಖಾಲಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟಿಗಿಂತ ಒಂದು ಕೈ ಮೇಲು.

ಡಿಸೆಂಬರ್‌ನಿಂದ ಫೆಬ್ರುವರಿ ಮಧ್ಯದವರೆಗೂ ಅವರೆಕಾಳಿನ ಸೀಸನ್. ಆಗ ಎಲ್ಲರ ಮನೆಯಲ್ಲೂ ಅವರೆಕಾಳಿನ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟೇ ಜೋರು. ವಾಯು ಪ್ರಕೃತಿಯವರಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆ ಭಾರ ಎನಿಸಿ, ಅಲುಗಾಡದಂತೆ ಮಾಡಿದರೂ ಅವರೆಕಾಳು ಉಪ್ಪಿಟ್ಟೆಂದರೆ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚು.

ತುಳುನಾಡಿನಲ್ಲಿ ಸಿಗುವುದು 'ಸಜ್ಜಿಗೆ ಬಜಲ್'. ಅಂದರೆ, ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅವಲಕ್ಕಿ. ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಹೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಬಿಗಿ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದರೊಂದಿಗೆ ಅವಲಕ್ಕಿ ಇನ್ನಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇವೆರಡೂ ಸೇರಿದರೆ ಹೇಳೋದೇ ಬೇಡ. ಆದರೂ ತುಳುನಾಡಿನ ಶ್ರಮಜೀವಿಗಳ ಪ್ರಧಾನ ಆಹಾರ ಇದು. ಒಂದು ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಶ್ರಮಜೀವಿಗಳೆನಿಸಿಕೊಂಡವರು ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅವಲಕ್ಕಿಯನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಿರಬೇಕು.

ಉಪ್ಪಿಟ್ಟನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾಂಬಿನೇಷನ್‌ಗಳೊಂದಿಗೆ ಸವಿಯುವವರೂ



ಇದ್ದಾರೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಕನ್ನಡ ಮತ್ತು ಉಡುಪಿ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಸಜ್ಜಿಗೆ ಬಜಲ್ ಆದರೆ, ಉಪ್ಪಿಟ್ಟಿನೊಂದಿಗೆ ಕೇಸರಿಬಾತ್ ಅಥವಾ ಶೀರಾ ಇದ್ದರೆ ಅದು ಚೌಚೌ ಬಾತ್. ಹೋಟೆಲುಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ವಾರ್ ಮಾನ್ಯತೆ ಪಡೆದ ಕಾಂಬಿನೇಷನ್ ಇದು. ಕೆಲವರಿಗೆ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಹಸಿಮೆಣಸು, ಶುಂಠಿಯೊಂದಿಗೆ ತುಂಬ ಖಾರವಾಗಿರಬೇಕು. ಅದರ ಮೇಲೆ ಒಂದಿಷ್ಟು ಸಕ್ಕರೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಮೆಲ್ಲುವುದಿದೆ.

ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು-ಕೇಸರಿಬಾತ್‌ಗೂ ಹೆಣ್ಣು ನೋಡುವ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೂ ನಂಟು ಉಂಟು. ಹಿಂದೆಲ್ಲಾ ಹೆಣ್ಣು ನೋಡಲು ಮನೆಗೆ ಬರುವ ಗಂಡಿನ ಕಡೆಯವರಿಗೆ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅದರ ಜೊತೆಗೆ ತುಪ್ಪು ಕಾಸಿ ಶೀರಾ ಮಾಡಿದರೆ ಹೆಣ್ಣಿನ ಕಡೆಯವರು