

சென்னையில் பாரம்பரிய அரிசி உணவுத் திருவிழா



ஆரோக்கியத்தின் அடித்தளமாக இருந்த உணவு இன்று, சுவையை மட்டும் பிரதானமாக
சுருங்கிவிட்டது; அது ஆரோக்கியத்துக்கும் எமனாக மாறிவிட்டது. நவீன உணவு முறை
அளவில் அதிகரித்துவரும் நோய்களும், உயிரிழப்புகளும் உணர்த்தும் சேதி இது. இந்
நம் உணவு முறையை மீட்டெடுக்கும் முயற்சிகளை இயற்கை ஆர்வலர்கள் தொடர்ந்

அத்தகைய முன்னெடுப்புகளில் ஒன்றே, செம்புலமும், பிரபல சமையல் சுற்றுலா கள
இணைந்து சென்னையில் நடத்தும் பாரம்பரிய அரிசி உணவுத் திருவிழா. பாரம்பரிய
ஊக்குவிப்பதற்கும், பாரம்பரிய நெல் ரகங்களைப் பாதுகாப்பதற்கும் செம்புலம் (இந்
கடந்த 25 ஆண்டுகளாகத் தொய்வின்றி தொடர்ந்து பல முன்னெடுப்புகளை எடுத்து
பாரம்பரிய சமையல் முறைகளில் ராகேஷ் ரகுநாதன் கொண்டிருக்கும் ஆர்வம் அள
நடத்தும் இந்தத் திருவிழா மே 13 முதல் மே 24 வரை நடக்க இருக்கிறது.

இந்த விழாவில் பயன்படுத்தப்படும் அரிசி வகைகள்:

1. கைவரி சம்பா
2. குழியடிச்சான்
3. ஜீரக சம்பா
4. காலாநமக்
5. அடுக்கு நெல்
6. அனந்தனூர் சன்னா
7. கருங்குறுவை

விழாவில் பரிமாறப்படும் உணவுகள்



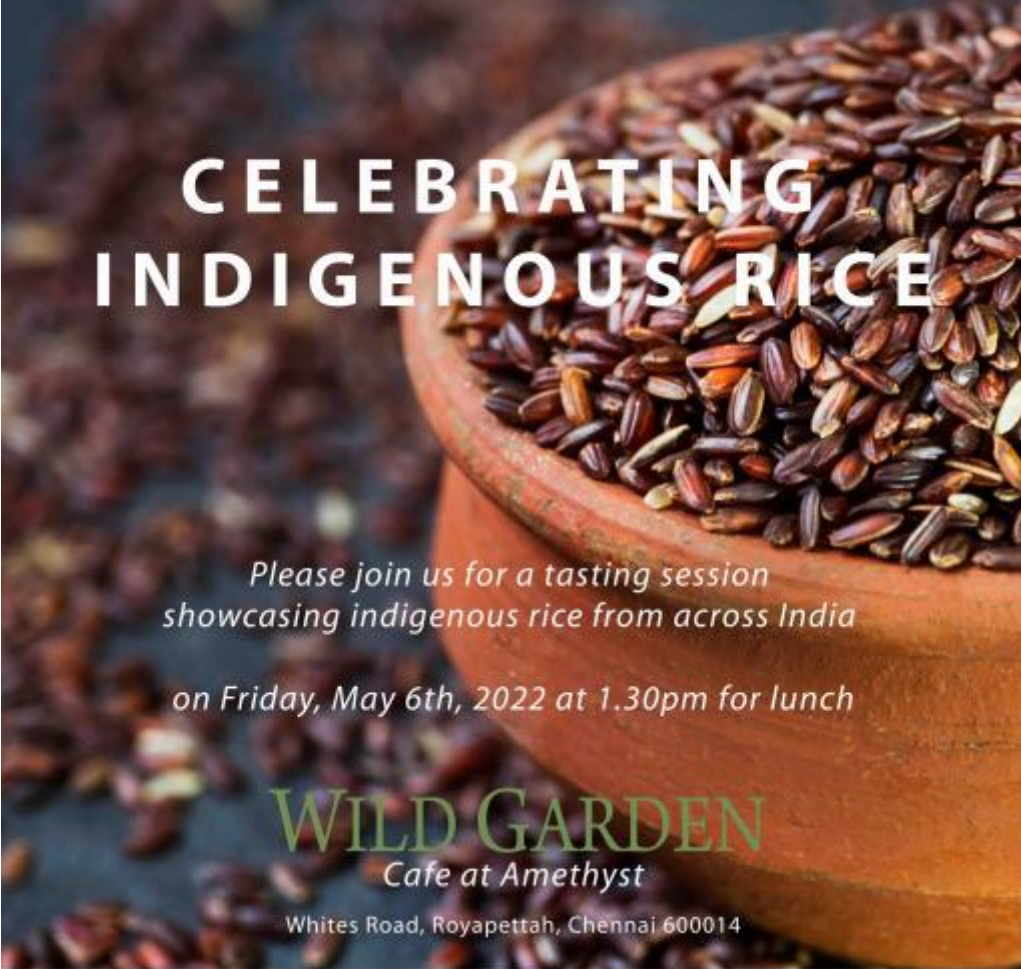
தொடக்க உணவு (சைவம்)

கைவரி சம்பா வெண்பொங்கல், தக்காளி தொக்கு
குழியடிச்சான் எனிப்திய கோஷரி
ஜீரக சம்பா ரமலான் நோன்புக் கஞ்சி

தொடக்க உணவு (அசைவம்)

தயிர் வெங்காயத்துடன் கூடிய காலாநமக் பன்னூர் மட்டன் புலாவ்

இந்த விழா நமக்கு நம்முடைய பாரம்பரிய நெல் வகைகளை அறிமுகப்படுத்துவதை கொண்டிருக்கவில்லை. அந்த நெல் வகைகளைக்கொண்டு, இந்தக் காலத்தில் பிரபல எப்படிச் சமைப்பது என்பதை நமக்கு அறிமுகப்படுத்துகிறது. அதை எவ்வாறு எளிதா நமக்குக் கற்றுத் தருகிறது. இது இந்த நெல்வகைகளை நம் அன்றாட வாழ்வில் பயன்



**CELEBRATING
INDIGENOUS RICE**

*Please join us for a tasting session
showcasing indigenous rice from across India
on Friday, May 6th, 2022 at 1.30pm for lunch*

WILD GARDEN
Cafe at Amethyst
Whites Road, Royapettah, Chennai 600014

Curated by

RĀKESH
RĀGHUNĀTHAN

Experience Culinary Romance!

with indigenous rice from



இடம்: வைல்ட் கார்டன் கஃபே, அமேதிஸ்ட், சென்னை

நேரம்: மே 13 – 24

தொடர்புக்கு: 044 45991633 / 34