

ভাকৰি



ভাকৰি

প্ৰকাৰ	চাপাতি
উৎপত্তিৰ স্থান	ভাৰত
অঞ্চল	মহাৰাষ্ট্ৰ, গুজৰাট, ৰাজস্থান, মালৱা, মধ্য ভাৰত, কৰ্ণাটক, আৰু গোৱা
মুখ্য উপাদান	গুড়ি

ভাকৰি (ইংৰাজী: Bhakri) ভাৰতৰ মহাৰাষ্ট্ৰ, গুজৰাট, ৰাজস্থান, আৰু কৰ্ণাটক ৰাজ্যৰ খাদ্যত প্ৰায়ে খোৱা ঘূৰণীয়া চেপেটা এবিধ ৰুটি। নিয়মীয়া ঘেঁহুৰ চাপাতিতকৈ মোটা জোৱাৰ বা বজৰা ব্যৱহাৰ কৰি ভাকৰি প্ৰস্তুত কৰা হয়। ভাকৰি কঠিনতাৰ ক্ষেত্ৰত খাখৰাৰ দৰে নহয়, টেক্সচাৰত কোমল বা কঠিন হ'ব পাৰে।^[1]

শস্য আৰু ভিন্নতা

বিভিন্ন প্ৰকাৰৰ বাজৰা(জোৱাৰ, বজৰা, ৰাগী)ই ভকৰি তৈয়াৰ কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা সাধাৰণ শস্য। ভাৰতৰ দাক্ষিণাত্য মালভূমি অঞ্চল (মহাৰাষ্ট্ৰ আৰু উত্তৰ কৰ্ণাটক)ৰ লগতে ৰাজস্থানৰ অৰ্ধশুষ্ক অঞ্চলতো এই বাজৰা ভাকৰি জনপ্ৰিয়।^{[2][3]} পশ্চিম ভাৰতৰ উপকূলীয় কোংকন আৰু গোৱা অঞ্চলত ধানৰ আটা ভাকৰি তৈয়াৰ কৰিবলৈ ব্যৱহাৰ কৰা হয়।

1. জোৱাৰ ভাকৰি: ভাকৰিৰ ভিতৰত সৰ্বাধিক প্ৰচলিত প্ৰকাৰৰ ভাকৰি। জোৱাৰৰ আটা গৰম পানীৰ সৈতে মিহলাই পিঠাগুৰি প্ৰস্তুত কৰা হয় আৰু তাৰ পিছত হাতেৰে চেপেটা কৰি লোৱা হয়।^[4]



2. বজৰা ভকৰি – বজৰা ভকৰি প্ৰধানকৈ শীতকালত বিশেষকৈ সংক্ৰান্তি উৎসৱৰ ওচৰত প্ৰস্তুত কৰা হয়। প্ৰস্তুতি জোৰৰ ভকীৰ দৰেই।
3. মাকৈই ভকৰি – কৰ্ণমিল ভকৰি সাধাৰণতে শীতকালত প্ৰস্তুত কৰা হয়। গুজৰাটীত "মকাই নো ৰ'টলো" আৰু মাৰাঠীত "মাক্যাচি ভকৰী" নামেৰেও জনা যায়।^[5]
4. ৰাগী ভকৰি – ৰাগী ভখৰী বা ৰাগী ৰটী ৰঙা আঙুলিৰ বাজৰাৰে তৈয়াৰ কৰা হয়। আন ভকৰিবোৰৰ দৰেই এইবোৰো প্ৰস্তুত কৰা হয়।
5. চাউলৰ ভকৰি – চাউলৰ ভখৰী ধানৰ আটাৰে তৈয়াৰ কৰা হয়, আন ভকৰিৰ দৰেই প্ৰস্তুত কৰা হয়। কোংকন অঞ্চলত ইহঁতৰ প্ৰচলন।
6. ঘেঁহুৰ ভকৰি – ঘেঁহুৰ ভকৰি ঘেঁহুৰ ৰোটৰ দৰে, কিন্তু আকাৰ আৰু গভীৰতাত ডাঙৰ, আনুপাতিকভাৱে অধিক তেল থাকে।
7. দালি ভকৰি – ৰহৰ দালি বা উৰাদ আৰু জোৱাৰৰ মিশ্ৰিত আটা, যাক কলনা ভকৰি বুলিও কোৱা হয়, তাৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা হয়। খান্দেশ অঞ্চলত ইহঁতৰ বৰ জনপ্ৰিয়।

প্ৰস্তুতি

এটা বাটিত অলপ নিমখৰ লগত আটা মিহলাই গৰম পানী ব্যৱহাৰ কৰি মসৃণ টান পিঠাগুৰি হিচাপে গুড়ি কৰি ভকৰিৰ বাবে গুড়িখিনি প্ৰস্তুত কৰা হয়। পিঠাগুৰিখিনি সৰু সৰু বলত ভাগ কৰি লোৱা হয়। তাৰ পিছত হাতৰ তলুৱা ব্যৱহাৰ কৰি বলটো চেপেটা কৰা হয়। ভকৰি বনাবলৈ দুটা উপায় আছে। হয় হাতৰ তলুৱাৰে টিপি কোনো পৃষ্ঠত সমতল কৰি লোৱা হয় নহয় দুয়োখন হাতৰ তলুৱাত বলটো ধৰি পাতল কৰা হয় যাৰ বাবে বহুত দক্ষতাৰ প্ৰয়োজন হয়। তাৰা গৰম কৰি ওপৰৰ অংশত অলপ পানী দি ৰান্ধনীৰ আঙুলিৰ সহায়ত গোটেইখিনি মেলি দি ভকৰি সেকিব লাগে। সিফালটোও টাৱাত সিজোৱা হয়। এবাৰ প্ৰস্তুত হ'লে দুয়োফালে প্ৰত্যক্ষ জুইত পোৰা হয়। ভকৰি কোমল বা কঠিন হ'ব পাৰে। কঠিন ভকৰীত মূলতঃ এটা কঠিন বাহিৰৰ স্তৰ থাকে যাতে ক্ৰাঞ্চ যোগ হয়।^[6]

পৰিৱেশন

ভকৰি সাধাৰণতে দৈ, হালধিৰ চাটনি, পিখলা, বৈংগন ভাৰত, থেচা (সেউজীয়া মৰিচা আৰু বাদামৰ পৰা তৈয়াৰী চাটনি), সেউজীয়া পাতৰ শাক-পাচলি আৰু কেঁচা পিয়াজৰ প্ৰস্তুতিৰ সৈতে পৰিবেশন কৰা হয়।^[3] কৰ্ণাটকৰ উত্তৰ অংশত ইয়াক ষ্টাফড ব্ৰঞ্জল তৰকাৰীৰ সৈতে পৰিবেশন কৰা হয়। বিদৰ্ভত ইয়াক "ঝুংকা"ৰ সৈতে খোৱা হয় – "পিখলা"ৰ এটা মোটা আৰু ডাঠ ৰূপ। পৰম্পৰাগতভাৱে ই গ্ৰাম্য খাদ্য^[3] যিটো পুৱা হোৱাৰ লগে লগে খেতি পথাৰলৈ লৈ যোৱা হৈছিল আৰু ব্ৰেকফাষ্ট আৰু লাঞ্চ দুয়োটা হিচাপে খাবলৈ দিয়া হৈছিল। পথাৰত ভকৰি আনকি প্লেট হিচাপেও পৰিবেশন কৰিছিল, য'ত চাটনি, খৰদা বা থেচা পৰিবেশন কৰি একেলগে খাইছিল। খাণ্ডেশ অঞ্চলত ভকৰি আৰু শ্বেৱ ভাজী (সেৱৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা ডাঠ টেঙা তৰকাৰী) অতি জনপ্ৰিয় খাদ্য। কোংকন আৰু গোৱাৰ দৰে উপকূলীয় অঞ্চলত চাউলৰ আটা ভকৰি প্ৰধানকৈ মাছৰ তৰকাৰীৰ সৈতে পৰিৱেশন কৰা হয়।

আধুনিক যুগত ভখৰীৰ ঠাইত ক্ৰমান্বয়ে ঘেঁহুৰ ৰোটি আৰু ফুলকাই লাভ কৰিছে যদিও এতিয়াও বহু অঞ্চলত আৰু বিশেষ খাদ্য হিচাপে ইয়াৰ জনপ্ৰিয়তা অক্ষুণ্ণ আছে।

তথ্য সূত্ৰ

1. Taylor Sen, Colleen (2004). *Food Culture in India* (https://books.google.com/books?id=YIyV_5wrplMC&dq=bhakri&pg=PA41). Greenwood Publishing Group. পৃষ্ঠা. 41. ISBN 0-313-32487-5. https://books.google.com/books?id=YIyV_5wrplMC&dq=bhakri&pg=PA41। আহৰণ কৰা হৈছে: 2009-02-09.

2. Rais Akhtar; Andrew Thomas Amos Learmonth (1985). *Geographical Aspects of Health and Disease in India* (<https://books.google.com/books?id=Im-T1sbNdPwC&pg=PA245>). Concept Publishing Company. পৃষ্ঠা. 251. GGKEY:HH184Y8TYNS. <https://books.google.com/books?id=Im-T1sbNdPwC&pg=PA245>.
3. Khatan, Asha (February 2004). *Epicure's Vegetarian Cuisines of India* (<https://books.google.com/books?id=Jszy5ht2Xh8C&dq=bhakri&pg=PA57>). Popular Prakashan. পৃষ্ঠা. 57. ISBN 81-7991-119-5. <https://books.google.com/books?id=Jszy5ht2Xh8C&dq=bhakri&pg=PA57>। আহরণ করা হয়েছে: 2009-02-09.
4. Jowar roti(Jolad rotti) – An easy way (<http://www.aayisrecipes.com/parathas-and-rotis/jowar-rotijolad-rotti-an-easy-way/>)
5. Patel, Vina (2021-10-26) (en ভাষাত). *From Gujarat With Love: 100 Authentic Indian Vegetarian Recipes* (<https://books.google.com/books?id=4X1GEAAQBAJ&dq=Makai+na+Rotla&pg=PT330>). Pavilion. ISBN 978-1-911682-62-2. <https://books.google.com/books?id=4X1GEAAQBAJ&dq=Makai+na+Rotla&pg=PT330>.
6. "Bhakri preparation" (<https://web.archive.org/web/20220923060711/https://www.tarladalal.com/jowar-bhakri-34113r>). Archived from the original (<http://www.tarladalal.com/Jowar-Bhakri-34113r>) on 2022-09-23. <https://web.archive.org/web/20220923060711/https://www.tarladalal.com/jowar-bhakri-34113r>। আহরণ করা হয়েছে: 2025-02-25.

["https://as.wikipedia.org/w/index.php?title=ভাকরি&oldid=491604"](https://as.wikipedia.org/w/index.php?title=ভাকরি&oldid=491604)ৰ পৰা অনা হৈছে