



## সূচীপত্র

৯ম বর্ষ, ১ম ও ২য় সংখ্যা, মাঘ-শ্রাবণ, ১৪২২      জানুয়ারী-জুলাই, ২০১৫

### সম্পাদকীয়

মেঘারণীর রন্ধন নামাবলী বেলা বন্দ্যোপাধ্যায়	৭
মেহেরপুর-কুষ্টিয়ার লোকখাদ্য শামস আল্দীন	১৭
ফরিদপুরের লোকখাদ্য ইয়াসমীন আরা লেখা	২১
শরীয়তপুর জেলার লোকখাদ্য তপন বাগচী	২৪
খাদ্য ঘিরে প্রবাদ-ধাঁধা-ছড়া মণ্টু বিশ্বাস	৩২
বাঙালির খাদ্যাভ্যাসে বিদেশী প্রভাব মুহম্মদ আবদুল জলিল	৪৫
বাংলার লোকসাহিত্যে খাদ্য : বাঙালি সংস্কৃতির অঙ্গ শর্মিষ্ঠা দে বসু	৪৯
চট্টগ্রাম অঞ্চলের লোকখাদ্য মাহবুবুল হক	৭৩

# ফরিদপুরের লোকখাদ্য

ইয়াসমীন আরা লেখা

ফরিদপুরের পূর্ব নাম ছিল ফতেহাবাদ। প্রখ্যাত দরবেশ হযরত নিজামউদ্দিন আউলিয়ার গুরু, পরিব্রাজক, লেখক ও প্রসিদ্ধ কামেল পীর ফরিদউদ্দিনের নামানুসারে এ জেলার নামকরণ করা হয়েছে ফরিদপুর। এই জেলার উত্তরে ঢাকা, রাজবাড়ি ও মানিকগঞ্জ জেলা, পূর্বে ঢাকা, মুন্সিগঞ্জ ও মাদারিপুর জেলা, পশ্চিমে মাগুরা, রাজবাড়ি ও নড়াইল জেলা এবং দক্ষিণে মাদারীপুর ও গোপালগঞ্জ জেলা। বাংলাদেশের দক্ষিণ মধ্যাঞ্চলে অবস্থিত এই জেলাটি ২৩.১৭ ও ২৩.৪০ উত্তর অক্ষাংশে এবং ৮৯.২৯ ও ৯০.১১ পূর্ব দ্রাঘিমা রেখার মধ্যে। এটি কুমার নদীর তীরে অবস্থিত। এর গড় উচ্চতা সমুদ্রপৃষ্ঠ হতে ৪৬ ফুট। এই জেলাটির আয়তন প্রায় ২০৫২.৮৬ বর্গ কিলোমিটার। এই জেলায় ৯টি উপজেলা— ফরিদপুর সদর, বোয়ালমারি, আলফাডাঙা, মধুখালি, ভাঙ্গা, নগরকান্দা, চরভদ্রাসন, সদরপুর এবং শালখা— ৭৯টি ইউনিয়ন, ৯৯৭টি মৌজা, ১৮৯৯ টি গ্রাম, ৪টি পৌরসভা, ৩৬টি পৌর ওয়ার্ড এবং ১০০টি পৌর মহল্লা আছে। ২০১১ সনের আদমসুমারি অনুযায়ী লোকসংখ্যা ১৯,১২,৯৬৯ জন। লোকসংখ্যার ১৭,৩১,১৩৩ জন ইসলাম ধর্ম, ১,৮০,৩৬৬ জন হিন্দু ধর্ম, ৯৩০ জন খ্রিষ্টান ধর্ম, ৫১ জন বৌদ্ধ ধর্ম এবং ৪৮৯ জন অন্যান্য ধর্মাবলম্বী।

## ফরিদপুরের লোকখাদ্য

লোক জীবনে যে খাদ্যাভ্যাস গড়ে ওঠে তাকে সাধারণত লোক খাদ্য বলে। লোক জীবনের গুরুত্বপূর্ণ বিষয় এই লোক খাদ্য। প্রাগৈতিহাসিক যুগ থেকে মানুষের খাদ্য সংস্থান প্রক্রিয়া ও উৎপাদন প্রক্রিয়ার বিভিন্নতার ফলে অঞ্চলভেদে লোক খাদ্যের পার্থক্য পরিলক্ষিত হয়। তাই বিভিন্ন অঞ্চলে বিভিন্ন প্রকার লোক খাদ্যের তালিকা পাওয়া যায়।

## ফরিদপুর অঞ্চলের লোক খাদ্য

ভাত ও মাছই প্রধান খাদ্য। এছাড়া আমের ফলি, কাসুন্দি, কুলি পিঠা, খই, খাটা, খেজুরের রস, খেজুরের গুড়, গোশত, চিতোই পিঠা, চিড়ার মোয়া, চিড়া, ছাতু, জাউ, তালের গুড়, নারকেলের নাড়ু, পাকান পিঠা, পায়েশ, পাস্ত ভাত, ভাজা পিঠা, মুড়ি, সেমাই, সাগু, পিঠা, দুধ, লাউ প্রভৃতি।

বিভিন্ন সামাজিক ধর্মীয় অনুষ্ঠানে লোক খাদ্য বিভিন্ন। যেমন— বিয়েতে পানচূনি। বিয়ের দাওয়াতে দেওয়ার জন্য নির্ধারিত লোক (মাতব্বর) বাড়ি বাড়ি যায় এবং দাওয়াতের

সঙ্গে পান ও মিষ্টি দিয়ে আসে। বর্তমানে এই প্রবণতা লোপ পাচ্ছে। বিয়ের পর বর ও কনেসহ উপস্থিত সকলকে মিষ্টি মুখ করানো হয়। এতে দানাদার, রসগোল্লা, চিনি, বাতাসা প্রভৃতি মিষ্টি থাকে। বিয়ের পর কন্যাপক্ষ বরপক্ষের বিশেষ করে সমাজের প্রধান প্রধান ব্যক্তিকে খাওয়ানোর যে ব্যবস্থা তাকে দশ পেরধান (দশ প্রধান) বলা হয়। এতে সাধারণত পোলাও, ভাত, গরুর গোশত, মুরগির গোশত, ডাল, মিষ্টি, দধি, বাতাসা প্রভৃতি থাকে। বৎসরের বিশেষ সময় জ্যৈষ্ঠ/আষাঢ় মাসে আত্মীয়স্বজনদের আম-কাঁঠালসহ যে খাওয়ার আয়োজন তা জ্যৈষ্ঠ মাস নামে পরিচিত। এখানে প্রধানত খাদ্য তালিকায় আম-কাঁঠাল থাকবেই। গোশত ও বিভিন্ন প্রকারের মিষ্টি পিঠাও থাকে।

মুসলিম ধর্মীয় অনুষ্ঠান যেমন— শবে মেরাজ, শবে বরাত, শবে কদর, ঈদ-উল-ফিতর, ঈদ-উল-আজ্হায় বিভিন্ন প্রকার খাদ্য থাকে। যেমন— শবে বরাত ও শবে কদরে হালুয়া-রুটি, ঈদ-উল-ফিতরে মলিদা। মলিদা ঈদ-উল-ফিতরে একটি উল্লেখযোগ্য লোক খাদ্য। সাধারণত কাঁচা চাউলের গুঁড়া/চিড়া, আদা, গুড় প্রভৃতি দিয়ে তৈরি করা হয়। খাবার সময় এর সাথে মুড়ি ও খই মিশিয়ে নেওয়া হয়। ঈদ-উল-আজ্হায় কোরবানীর গোশত থাকে।

হিন্দু সমাজে শ্রাবণ সংক্রান্তিতে বিভিন্ন ধরনের পিঠা, যেমন তালের পিঠা, পাতা পিঠা, বরা পিঠা, বিচকি প্রভৃতি তৈরি করা হয়। বিচকি পাকে চাউলের সাথে প্রধানত গুড় ও নারকেল থাকে। বিচকি মুসলিম সমাজেরও প্রিয় খাদ্য। হিন্দু সমাজে নারায়ণ পূজা ও শনি পূজায় চিনি, দুধ, পানি দিয়ে এক ধরনের শিরনি করা হয়। কীর্তন/হরিলুট একই গ্রামের প্রতিবেশী মিলে সংকীর্তন ও হরিলুটের বাতাসা বিতরণ করে। কৃষি কাজ শেষে কামলা চলে যাওয়ার সময় মুইঠা পিঠা খাওয়ান হয়। মুইঠা পিঠা প্রধানত চাউলের, গুড় ও নারকেল দিয়ে তৈরি করা হয়।

চৈত্র মাসের শেষ থেকে পুরো বৈশাখ মাস পর্যন্ত দোকানদাররা হালখাতার অনুষ্ঠান করে। এই অনুষ্ঠান মহাজনের বকেয়া পরিশোধের জন্য খদ্দেরদের কাজে পাওয়া টাকা আদায়ের ব্যবস্থা করে এবং নতুন খাতা খোলে। এই অনুষ্ঠান জাঁক-জমকপূর্ণ হয়। এদিন সাজানো হয় এবং যারা বকেয়া পরিশোধ করে বা নতুনভাবে টাকা দেয় তাদের ফল ও মিষ্টান্ন খাওয়ানো হয়।

ফরিদপুরে বিভিন্ন প্রকার তরকারী, ধান, ফল, মসলা, মাছ, শাক-সজ্জি পাওয়া যায়।

### তরকারী

উইস্টে (উচ্ছে), ছিম, করোলা (করলা) কাচ কলা (কাঁচা কলা), কাকরোল, কুমড়ো, কুশি আনাজ (চিচিঙ্গা), কোচু (কচু), কোফি (কফি), চাইলতে, চাইল কুমরো (চাল কুমড়ো, টমেটা (টমেটো), দ্যারোশ (টেঁড়শ), তিত করলা, ধুনেদেইল (ধুন্দল), বরবটি, বেগুন, মিষ্টি আলু, মিষ্টি কুমড়ো, (মিষ্টি কুমড়া), মুলো (মূলা) ইত্যাদি। একাধিক জাতের কচু পাওয়া যায়। যথা-  
- ওল কোচু, কোচুর মুহি, দুদ কোচু, পঞ্চমুহি কোচু, পানি কোচু, মান কোচু ইত্যাদি।

**ধান**

যে ক্ষেত্রে যত জল অধিক হয়, ধানের ডাট তত বৃদ্ধি পেয়ে থাকে। ২৮ ফিট গভীর জলে পর্যন্ত ধান জন্মে। নিম্নে কয়েক প্রকার ধানের নাম দেওয়া হল—

বাঘা, লেপা, মহিষকান্দী, বালিয়াবেত, বানসামর্থ, লক্ষ্মীদীঘা, দাদকালায়, লক্ষ্মীকাজা, ললজ, রাঙ্গীললজ, ঝুল, ধুলাই, বাগবাই, গুইরাকাজলা, গিলা সইতা, গেবরুয়া, ভোজন কর্পূর, বয়রা, কালাপুরা, গন্ধকস্তুরি, পিটারাজ (পাতিবাজ), মাইচাল, কাঁচাকলঙ্গা, বড় দিঘা, বোর, ষাইঠা শ্রীবইলাম, গরেশ্বর, খইয়া মটর ইত্যাদি। বর্তমানে অনেক জাতের ধান বিলুপ্তির দিকে।

**ফল**

কুশেইর (আখা), আতা, আনারস, আম, আমড়া, কাটাল (কাঁঠাল), ক্যালা (কলা), খেঁজুর, খিরেই (ক্ষিরা), গয়া (পেয়ারা), গাব (গুবাক), ছলোম (জাম্বুরা), জাম, জামরুল, তাল, তালের ডাব, তোরমুচ (তরমুজ), নারকেল, ফাইপে (পেঁপে), ফুটী, ব্যাল (বেল), লেবু, শশা, সবোদা (সফোদা), সুপারি, আনাযী কলা (কাচাকলা), সাগর কলা ইত্যাদি।

**মসলা**

অলদি (হলুদ), আদা, ত্যাজপাতা (তেজপাতা), ধুইনে (ধনে), দারচিনি, এ্যালাচ, পিয়েজ, মরিচ ইত্যাদি।

**মাছ**

ইচে (চিংড়ি), ইলিশ, উটকাল (টাকি জাতীয় এক প্রকার মাছ), কাটালি, কোরাল, গজাল, চাপলে, চ্যালা, টাকি, ট্যাংরা, পাজাশ, পুটি (পুঁটি), ফাইশশা, বাইলে, বাইন, বোয়াল, ভাটা, ভাদা, মলান্দি (পুঁটি জাতীয় মাছ) রয়না, শরপুঠি, কোনোল মাছ (শোল মাছ) ইত্যাদি।

**শাক (শাগ)**

কুমড়ো শাগ, কোচু শাগ, কোদু শাগ, কোলমি শাগ, ডাউঙ্গা (ডাঁটা) শাগ, ড্যান ড্যানগা, চেহি শাগ, বিলাতি ধনিয়া, থানকুনি পাতা, নোনতা শাগ, পাড (পাট) শাগ, পুই শাগ, লাল শাগ, হাইচা শাগ, হেলেঞ্চা শাগ ইত্যাদি।

লোক খাদ্য কেবল মানুষের জীবনের সঙ্গে যুক্ত নয়, ভৌগোলিক পরিবেশ, নানা লোকাচার এবং উৎসব অনুষ্ঠানের সঙ্গেও এর রয়েছে গভীর যোগ। অনেক ক্ষেত্রে ধর্মীয় ও লোকবিশ্বাসের ভিত্তিতে লোক খাদ্যাভ্যাস গড়ে ওঠে। ফরিদপুরের লোক খাদ্যে এখানকার ভূমি ও নদীর প্রভাব বর্তমান। ধর্মীয় অনুভূতিতে আছেই।

